

叶兴阳

双语音标有声读物

叶兴阳
英语教育创始人
双音阅读教育创始人

中国英语教育协会副会长
中国英语教育协会理事
中国英语教育协会常务理事

双语音标 阅读创始人

注音阅 读英语 教育之父

叶兴阳

叶兴阳先生是著名英语教育专家，曾任教于多所知名大学，从事英语教学工作多年，具有丰富的教学经验和深厚的学术造诣。

叶兴阳先生是著名英语教育专家，曾任教于多所知名大学，从事英语教学工作多年，具有丰富的教学经验和深厚的学术造诣。他致力于英语教育的研究和改革，提出了许多创新的观点和教学方法，对英语教育的发展产生了深远的影响。

叶兴阳先生是著名英语教育专家，曾任教于多所知名大学，从事英语教学工作多年，具有丰富的教学经验和深厚的学术造诣。他致力于英语教育的研究和改革，提出了许多创新的观点和教学方法，对英语教育的发展产生了深远的影响。

叶兴阳先生是著名英语教育专家，曾任教于多所知名大学，从事英语教学工作多年，具有丰富的教学经验和深厚的学术造诣。他致力于英语教育的研究和改革，提出了许多创新的观点和教学方法，对英语教育的发展产生了深远的影响。

叶兴阳先生是著名英语教育专家，曾任教于多所知名大学，从事英语教学工作多年，具有丰富的教学经验和深厚的学术造诣。他致力于英语教育的研究和改革，提出了许多创新的观点和教学方法，对英语教育的发展产生了深远的影响。

叶兴阳先生是著名英语教育专家，曾任教于多所知名大学，从事英语教学工作多年，具有丰富的教学经验和深厚的学术造诣。他致力于英语教育的研究和改革，提出了许多创新的观点和教学方法，对英语教育的发展产生了深远的影响。

叶兴阳先生是著名英语教育专家，曾任教于多所知名大学，从事英语教学工作多年，具有丰富的教学经验和深厚的学术造诣。他致力于英语教育的研究和改革，提出了许多创新的观点和教学方法，对英语教育的发展产生了深远的影响。

叶兴阳先生是著名英语教育专家，曾任教于多所知名大学，从事英语教学工作多年，具有丰富的教学经验和深厚的学术造诣。他致力于英语教育的研究和改革，提出了许多创新的观点和教学方法，对英语教育的发展产生了深远的影响。

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：叶兴阳

内容来源：公共领域英文原著

适用对象：英语学习者、教师、研究者

版本日期：2025 年

目录

共 3 个章节

1. 选自萨米阿姨的广播食谱和美国(selections From Aunt Sammy's Radio Recipes) 000001

2. 选自萨米阿姨的广播食谱和美国(selections From Aunt Sammy's Radio Recipes) 000002

3. 选自萨米阿姨的广播食谱和美国(selections From Aunt Sammy's Radio Recipes) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

选自萨米阿姨的广播食谱和美国(Selections from Aunt Sammy's Radio Recipes)

第1/3页

[sə'lekʃən] [frɒm; frəm]
SELECTIONS FROM
选择 从

精选

[ɑːnt] ['sæmiz] ['reɪdiəʊ] ['resəpɪz]
AUNT SAMMY'S RADIO RECIPES
阿姨 萨米的 收音机 食谱

萨米阿姨的广播食谱

[ænd; ənd][ˈjuː'ɛs,diː'eɪ] ['feɪvərɪts]
AND USDA FAVORITES
和 美国农业部 收藏夹

以及美国农业部最喜爱的品种

[ˈjuːnaɪtɪd] [steɪts] [dɪ'pɑːtmənt] [ɒv; əv] ['ægrɪkʌltʃə(r)]
UNITED STATES DEPARTMENT OF AGRICULTURE
团结的 各州 部门 的 农业

美国农业部

['saɪəns] [ænd; ənd][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] [əd,mɪnɪ'streɪʃ(ə)n]
SCIENCE AND EDUCATION ADMINISTRATION
科学 和 教育 行政

科学与教育管理

[həʊm] [ænd; ənd] ['gɑːd(ə)n] ['bʊlətɪn] [nəʊ] . -
HOME AND GARDEN BULLETIN NO . 215
家 和 花园 公告 不 . -

家居园艺简报第215期

['ɪʃuːd] ['ɔːgəst] , -
Issued August , 1976
发布 八月 , -

发布日期：1976年8月

[prɪ'peəd] [baɪ]
Prepared by
准备 经过

编制

[kən'sjuːmə(r)][ænd; ənd] [fuːd] [iːkə'nomɪks] ['ɪnstɪtjuːt]
Consumer and Food Economics Institute
消费者 和 食物 经济学 研究所

消费者与食品经济研究所

['saɪəns] [ænd; ənd][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] [əd,mɪnɪ'streɪʃ(ə)n]
Science and Education Administration
科学 和 教育 行政

科学与教育管理

[fɔː(r); fə(r)] [seɪl] [baɪ][ðə; ði] [suːpərɪn'tendənt] [ɒv; əv] ['dɒkjumənts] , [juː] . [es] . ['gʌvənmənt] ['prɪntɪŋ]
For sale by the Superintendent of Documents , U . S . Government Printing
为了 销售 经过 这 校长 的 文件 , U : S : 政府 印刷
[ˈɒfɪs]
Office
办公室

由美国政府印刷局文件主管办公室出售

[ˈwɒʃɪŋtən] , [diː] . [siː] . -
Washington , D : C : 20402
华盛顿 , D : C : -
华盛顿特区 20402

[stɒk] ['nʌmbə(r)] - - - - -
Stock Number 001 - 000 - 03523 - 11
库存 数字 - - - - -
库存编号 001-000-03523-11

[ɑːnt] ['sæmi] [keɪm] [tuː; tə][laɪf] [wɪð] [ðə; ði][fɜːst][ˈreɪdiəʊ] ['brɔːdkɑːst] [ɒv; əv] “ ['haʊs,ki:pərz] [tʃæt] ”
Aunt Sammy came to life with the first radio broadcast of “ Housekeeper's Chat ”
阿姨 萨米 来了 到 生活 和 这 第一的 收音机 播送 的 “ 管家的 聊天 ”
[ɒŋ][ɒk'təʊbə(r)][fɔːr] , - .
on October 4 , 1926 :
在 十月 4 , - .
1926 年 10 月 4 日 , 广播节目“管家闲聊”首次播出 , 萨米阿姨这个角色由此诞生。

[ðə; ði]['kærəktə(r)][ɒv; əv] [ɑːnt] ['sæmi] — [waɪf][ɒv; əv]['ʌŋk(ə)l][sæm] — [wɒz; wəz] [kri'eɪtɪd] [baɪ][ðə; ði]
The character of Aunt Sammy — wife of Uncle Sam — was created by the
这 特点 的 阿姨 萨米 — 妻子 的 叔叔 山姆 — 曾是 创建 经过 这
[ˈjuː'ɛs,di:'eɪ]['bjʊərəʊ][ɒv; əv] [həʊm] [ˌi:kə'nɒmɪks][ænd; ənd][ðə; ði]['reɪdiəʊ] ['sɜːvɪs] .
USDA Bureau of Home Economics and the Radio Service :
美国农业部 局 的 家 经济学 和 这 收音机 服务 : .
山姆大叔的妻子山姆阿姨这个角色是由美国农业部家庭经济局和广播服务公司共同创作的。

[ˈmeni] ['wɪmɪn] [ə'krɒs] [ðə; ði] ['kʌntri] [pleɪd] [ðə; ði][pɑːt][æz; əz] [ðeɪ] [spəʊk] ['ɪntuː][ðə; ði]
Many women across the country played the part as they spoke into the
许多 女性 穿过 这 国家 玩 这 部分 作为 他们 辐 进入 这
[ˈmaɪkrəfəʊnz] [ɒv; əv]['ləʊk(ə)l]['reɪdiəʊ] ['steɪŋz] .
microphones of local radio stations :
麦克风 的 当地的 收音机 车站 : .
全国各地许多女性都扮演了这一角色 , 她们对着当地广播电台的麦克风讲话。

[ðə; ði] ['haɪlaɪts] [ɒv; əv] [ɑːnt] ['sæmɪz] [[əʊ] [wɜː(r); wə(r)][ðə; ði][m'ɛnjuːz][ænd; ənd]['resəpɪz] ,
The highlights of Aunt Sammy's show were the menus and recipes ,
这 亮点 的 阿姨 萨米的 展示 是 这 菜单 和 食谱 ,
萨米阿姨节目的亮点是菜单和食谱。

[bʌt; bət] [ɑːnt] ['sæmi] ['ɔːlsəʊ] [tɔːkt] [ə'baʊt] ['kləʊðɪŋ] , [ˈfɜːnɪtʃə(r)] , [ə'plaɪənsɪz] , [ænd; ənd]['ʌðə(r)]
but Aunt Sammy also talked about clothing , furniture , appliances , and other
但 阿姨 萨米 还 谈话 关于 衣服 , 家具 , 电器 , 和 其他
[ˈfæməli][ænd; ənd] ['haʊshəʊld] ['mætəz] .
family and household matters :
家庭 和 家庭 事情 : .
但萨米阿姨也谈到了衣服、家具、电器以及其他家庭和家务事。

[ɑːnt] ['sæmi] ['wɒznt] [dʒʌst][ə; eɪ] ['həʊmbɒdi] , [haʊ'evə(r)] .
Aunt Sammy wasn't just a homebody , however :
阿姨 萨米 不是 只是 一个 宅男宅女 , 然而 : .
然而 , 萨米阿姨并不是一个宅女。

[ʃiː, ʃi] [k'ɒməntɪd] [ɒn] [wɜːld] [ə'feəz] , [rɪ'pɔːtɪd] [ðə; ði] ['leɪtɪst] [fædz] , [ænd; ənd][təʊld][dʒəʊks] .
She commented on world affairs , reported the latest fads , and told jokes .
她 评论 在 世界 事务 , 据报道 这 最新的 时尚潮流 , 和 讲述 笑话 .
她评论世界大事, 报道最新潮流, 还讲笑话。

[ðə; ði] [tɔːk] [muːvd] ['iːzəli] [frɒm; frəm][wʌn]['sʌbdʒɪkt][tuː; tə][ə'nʌðə(r)] , [ˈɔːlweɪz][ˈnæt(ə)rəl][ænd; ənd]
The talk moved easily from one subject to another , always natural and
这 讲话 已搬 容易地 从 一 主题 到 其他 , 总是 自然的 和
[entə'teɪnɪŋ] [æz; əz] [wel] [æz; əz] [ɪn'fɔːmətɪv] .
entertaining as well as informative .
娱乐 作为 出色地 作为 信息丰富的 .
谈话内容自然流畅, 从一个话题过渡到另一个话题, 既生动有趣又富有启发性。

[ɑːnt] ['sæmi] [suːn] [br'keɪm] ['pɒpjələ(r)] .
Aunt Sammy soon became popular .
阿姨 萨米 很快 成为 受欢迎的 .
萨米阿姨很快就受欢迎了。

[baɪ][ðə; ði][end][ɒv; əv][ðə; ði][fɜːst][jɪə(r)][hɜː(r); hə(r)][ˈprəʊgræm][wɒz; wəz] ['kæɪd] [baɪ] - ['reɪdiəʊ] ['steɪnɪz]
By the end of the first year her program was carried by 43 radio stations
经过 这 结尾 的 这 第一的 年 她 程序 曾是 携带 经过 - 收音机 车站
.
.
.
第一年结束时, 她的节目已被 43 家广播电台播出。

[baɪ] - , - ['steɪnɪz] [wɜː(r); wə(r)] ['brɔːdkaːstɪŋ] [ɑːnt] ['sæmɪz] [ʃəʊ] .
By 1932 , 194 stations were broadcasting Aunt Sammy's show .
经过 - , - 车站 是 广播 阿姨 萨米的 展示 .
到 1932 年, 已有 194 个电台播出萨米阿姨的节目。

[ə; eɪ][ˈnʌmbə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] ['steɪnɪz] [wɜː(r); wə(r)] ['brɔːdkaːstɪŋ] [ðə; ði] [ʃəʊ] [faɪv] [taɪmz][ə; eɪ] [wiːk] .
A number of the stations were broadcasting the show five times a week .
一个 数字 的 这 车站 是 广播 这 展示 五 时代 一个 星期 .
一些电视台每周播出该节目五次。

['meni] ['lɪsnər] [rəʊt] [fɔː(r); fə(r)] ['kɒpɪz] [ɒv; əv][ðə; ði]['resəpɪz] ,
Many listeners wrote for copies of the recipes ,
许多 听众 写道 为了 副本 的 这 食谱 ,
许多听众来信索要食谱副本,

[ænd; ənd][ðə; ði]['bjʊərəʊ][ɒv; əv] [həʊm] [ˌiːkə'nɒmɪks] ['ɑːnsə(r)d] [ðiːz] [rɪ'kwests] [wɪð] ['wiːkli]
and the Bureau of Home Economics answered these requests with weekly
和 这 局 的 家 经济学 回答 这些 请求 和 每周
[ˈmɪmɪə,grɑːf] [ʃiːts] .
mimeographed sheets .
油印 纸张 .
而家庭经济局则以每周油印表格的形式答复这些请求。

[ɪn] - [ðə; ði][məʊst]['pɒpjələ(r)] ['resəpɪz][wɜː(r); wə(r)] [ə'sembəld] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['pæmflət] .
In 1927 the most popular recipes were assembled into a pamphlet .
在 - 这 最多 受欢迎的 食谱 是 组装 进入 一个 小册子 .
1927年, 最受欢迎的食谱被汇编成册。

[ðə; ði][dɪ'mɑːnd][wɒz; wəz][səʊ] [greɪt] [ðæt][,aɪ 'tiː][hæd; həd][tuː; tə][biː; bi][,riː'print, 'riːprint][ˈɑːftə(r)][ˈəʊnli]
The demand was so great that it had to be reprinted after only
这 要求 曾是 所以 伟大的 那 它 有 到 是 转载 后 仅有的
[ə; eɪ] [mʌnθ] .
a month .
一个 月 .
由于需求量巨大, 仅一个月后就不得不重印。

“ [ɑ:nt] [ˈsæmiz] [ˈreɪdiəʊ] [ˈresəpɪz] ” [wɒz; wəz] [rɪˈvaɪzd] [ænd; ənd] [ɪnˈlɑ:dʒd] [θri:] [taɪmz] [brɪtwi:n]
“ **Aunt Sammy's Radio Recipes** ” **was revised and enlarged three times between**
“ 阿姨 萨米的 收音机 食谱 ” 曾是 修改 和 放大 三 时代 之间
- [ænd; ənd] - .
1927 and 1931 .
- 和 - .

《萨米阿姨的广播食谱》在 1927 年至 1931 年间进行了三次修订和扩充。

[ɪn] - [aɪˈti:] [brɪˈkeɪm] [ðə; ði] [fɜ:st] [ˈkʊkbʊk] [ˈpʌblɪft] [ɪn] [breɪl] .
In 1932 it became the first cookbook published in braille .
在 - 它 成为 这 第一的 食谱 已发布 在 盲文 .

1932年，它成为第一本用盲文出版的烹饪书。

[ɑ:nt] [ˈsæmi] [ˈfeɪdɪd] [aʊt] [ˈdjʊərəɪŋ] [ðə; ði] [ɡreɪt] [dɪˈpreʃn] .
Aunt Sammy faded out during the Great Depression .
阿姨 萨米 褪色 出去 期间 这 伟大的 沮丧 .

萨米阿姨在大萧条时期逐渐销声匿迹。

[ˈɑ:ftə(r)] - [ðə; ði] [neɪm] [ɑ:nt] [ˈsæmi] [wɒz; wəz] [nəʊ] [lɒŋɡə(r)] [ju:st] .
After 1934 the name Aunt Sammy was no longer used .
后 - 这 姓名 阿姨 萨米 曾是 不 更长 用过的 .

1934 年后，萨米阿姨这个名字就不再使用了。

[ðə; ði] [ˈreɪdiəʊ] [ʃəʊ] [brɪˈkeɪm] [ˈdraɪə(r)] [ænd; ənd] [mɔ:(r)] [ˈfæktʃuəl] [ænd; ənd] [wɒz; wəz] [ri:ˈneɪmd] “
The radio show became drier and more factual and was renamed “
这 收音机 展示 成为 烘干机 和 更多的 事实 和 曾是 更名 “
[ˈhəʊmmeɪkə(r)] [tʃæts] .
Homemaker Chats .
家庭主妇 聊天 .

广播节目变得更加枯燥乏味，更加注重事实，并更名为“家庭主妇聊天室”。

“ [ɪn] - [aɪˈti:] [wɒz; wəz] [dɪskənˈtɪnju:d] .
“ **In 1946 it was discontinued** .
“ 在 - 它 曾是 已停产 .

“1946年停产。”

[təˈdeɪ] ,
Today ,
今天 ,

今天，

[kənˈsjʊ:məz] [ɑ:(r); ə(r)] [stɪl] [ˈlʊkɪŋ] [tu:; tə] [ˈju:ˈes,diːˈeɪ] [fɔ:(r); fə(r)] [ˌɪnfəˈmeɪ(ə)n] [pɒn] [haʊ] [tu:; tə] [meɪk]
consumers are still looking to USDA for information on how to make
消费者 是 仍然 寻找 到 美国农业部 为了 信息 在 如何 到 制作
[ðə; ði] [best] [ju:z] [pɒv; əv] [ðə; ði] [fu:d] [əˈveɪləb(ə)] [tu:; tə] [ðem; ðəm] .
the best use of the food available to them .
这 最好的 使用 的 这 食物 可用的 到 他们 .

消费者仍然希望从美国农业部获得如何最好地利用现有食物的信息。

[ə; eɪ] [rɪˈsɜ:tʃ] [ˈprəʊgræm] [ɪn] [ðə; ði] [kənˈsjʊ:mə(r)] [ænd; ənd] [fu:d] [ˌi:kəˈnɒmɪks] [ˈɪnstɪtju:t] [pɒv; əv] [ðə; ði]
A research program in the Consumer and Food Economics Institute of the
一个 研究 程序 在 这 消费者 和 食物 经济学 研究所 的 这
[ˈsaɪəns] [ænd; ənd] [ˌedʒuˈkeɪ(ə)n] [ədˌmɪnɪˈstreɪ(ə)n] [prəˈvaɪdz] [ðə; ði] [ˈbeɪsɪs] [fɔ:(r); fə(r)] [ˈnju:mərəs]
Science and Education Administration provides the basis for numerous
科学 和 教育 行政 提供 这 基础 为了 很多的
[ləˈbɒrətri] - [ˈtestɪd] [ˈresəpɪz] .
laboratory - tested recipes .
实验室 - 测试 食谱 .

科学与教育管理局消费者与食品经济研究所的一项研究计划为众多经过实验室测试的食谱提供了基础。

[ˈkʌrənt] [ˈresəpɪz] [ˈemfəsaɪz] [taɪm] - [ˈseɪvɪŋ] [tekˈniːks] , moneysaving2
Current recipes emphasize time - saving techniques , moneysaving2
当前的 食谱 强调 时间 - 保存 技术 , moneysaving2

目前的食谱强调省时省钱的技巧²

[ɪnˈɡriːdiənts] , [ænd; ənd] [ɡʊd] [njuˈtrɪ(ə)n] .
ingredients , and good nutrition :
原料 , 和 好的 营养 .

成分天然，营养丰富。

[teɪst] [ˈpænəlz][ɑː(r); ə(r)] [juːst] [tuː; tə] [rɪˈvæljuert] [njuː] [ˈresəpɪz] .
Taste panels are used to evaluate new recipes .
品尝 面板 是 用过的 到 评价 新的 食谱 .

品尝小组用于评估新食谱。

[ruːθ] [væn][dəˈmæn] , [wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] [ˈɔːθəz] [ɒv; əv][ðə; ði][əˈrɪdʒən(ə)l] “ [ɑːnt] [ˈsæmɪz] [ˈreɪdiəʊ]
Ruth Van Deman , one of the authors of the original “ Aunt Sammy's Radio
露丝 范 需求 , 一 的 这 作者 的 这 原来的 “ 阿姨 萨米的 收音机
[ˈresəpɪz] .
Recipes .
食谱 .

Ruth Van Deman，原版《萨米阿姨的广播食谱》的作者之一。

” [ˈfæni] [ˈwɔːkə(r)] [ˈjiːtmən] [wɒz; wəz][ðə; ði][ˈʌðə(r)] [ˈɔːθə(r)] .
” **Fannie Walker Yeatman was the other author .**
” 房利美 沃克 叶特曼 曾是 这 其他 作者 .

另一位作者是范妮·沃克·叶特曼。

[rɪˈsɜːtʃ] [hæz; həz][prəˈvaɪdɪd][ə; eɪ] [ɡruːp] [ɒv; əv] [ˌpʌblɪˈkeɪʃnz] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][kənˈsjuːmə(r)][ɒn]
Research has provided a group of publications for the consumer on
研究 有 假如 一个 团体 的 出版物 为了 这 消费者 在
[spəˈsɪfɪk] [fuːdʒ] [sʌtʃ] [æz; əz] [fruːts] ,
specific foods such as fruits ,
具体的 食物 这样的 作为 水果 ,

研究已经为消费者提供了一系列关于特定食品（例如水果）的出版物，

[ˈvedʒtəb(ə)lɪz] , [egz] , [biːf] , [ˈpəʊltri] , [tʃiːz] , [mɪlk] , [ænd; ənd] [ˈsɔɪbiːnz] .
vegetables , eggs , beef , poultry , cheese , milk , and soybeans .
蔬菜 , 鸡蛋 , 牛肉 , 家禽 , 奶酪 , 牛奶 , 和 大豆 .

蔬菜、鸡蛋、牛肉、家禽、奶酪、牛奶和大豆。

[ðə; ði][ˈsɪəriːz][ɪz] [dɪˈzaɪnd] [tuː; tə] [ɡɪv] [ɪnfəˈmeɪʃ(ə)n] [əˈbaʊt] [ˈbaɪɪŋ] , [ˈstɔːrɪŋ] , [ænd; ənd][ˈjuːzɪŋ]
The series is designed to give information about buying , storing , and using
这 系列 是 设计 到 给 信息 关于 购买 , 存储 , 和 使用
[spəˈsɪfɪk] [kəˈmɒdətɪz] .
specific commodities .
具体的 商品 .

该系列旨在提供有关购买、储存和使用特定商品的信息。

[ðiːz] [ænd; ənd][ˈʌðə(r)] [ˌpʌblɪˈkeɪʃnz] [help] [kənˈsjuːməz] [juːz][ə; eɪ][waɪd][vəˈraɪəti][ɒv; əv] [fuːdʒ] [tuː; tə]
These and other publications help consumers use a wide variety of foods to
这些 和 其他 出版物 帮助 消费者 使用 一个 宽的 种类 的 食物 到
[əbˈteɪn] [njuˈtrɪʃəs] ,
obtain nutritious ,
获得 营养丰富的 ,

这些出版物以及其他出版物帮助消费者利用各种各样的食物来获取营养，

[ˈæpɪtaɪzɪŋ] , [ænd; ənd][ɪːkəˈnɒmɪk(ə)l] [miːlɪz] .
appetizing , and economical meals .
令人垂涎的 , 和 经济 餐 .

美味又实惠的餐点。

[prə'vaɪdɪŋ] [də'rek](ə)nz][fɔ:(r); fə(r)][həʊm] ['kænɪŋ] [ænd; ənd] ['fri:zɪŋ] [ɪz][ə'hʌðə(r)] ['sɜ:vɪs] [ɒv; əv][ðə; ði]
Providing directions for home canning and freezing is another service of the
提供 方向 为了 家 罐头 和 冷冻 是 其他 服务 的 这
[kən'sju:mə(r)][ænd; ənd] [fu:d] [i:kə'nɒmɪks] ['ɪnstɪtju:t] .
Consumer and Food Economics Institute .
消费者 和 食物 经济学 研究所 .

消费者和食品经济研究所还提供家庭罐装和冷冻食品制作指南。

[ˌpʌblɪ'keɪnɪz] [gɪv] [seɪf] [prə'si:dʒəz] [fɔ:(r); fə(r)] [prɪ'zɜ:rɪv] [fru:ts] , [ˈvedʒtəb(ə)lɪz] , [mi:ts] , [ænd; ənd]
Publications give safe procedures for preserving fruits , vegetables , meats , and
出版物 给 安全的 程序 为了 保存 水果 , 蔬菜 , 肉类 , 和
[ˈpəʊltri] .
poultry .
家禽 .
出版物提供了安全保存水果、蔬菜、肉类和家禽的方法。

[ˈmeni] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [ði:z] [ˌpʌblɪ'keɪnɪz] [hæv; həv] [bi:n] [dɪ'strɪbjʊ:tɪd; 'dɪstrɪbjʊ:tɪd][tu:; tə]
Many thousands of these publications have been distributed to
许多 数千 的 这些 出版物 有 到过 分布式 到
[kən'sju:məz] ,
consumers ,
消费者 ,
这些出版物已向消费者分发了数以千计，

[ænd; ənd][ðə; ði] [prə'si:dʒəz] [hæv; həv] [bi:n] ['waɪdli] [ju:st] [baɪ]['ʌðə(r)z] [hu:] [meɪk] [ˌrekəmen'deɪʃən]
and the procedures have been widely used by others who make recommendations
和 这 程序 有 到过 广泛 用过的 经过 其他的 WHO 制作 建议
[tu:; tə][ðə; ði]['pʌblɪk] [ə'baʊt] [fu:d] [ˌprezə'veɪ](ə)n] .
to the public about food preservation .
到 这 民众 关于 食物 保存 .
这些方法已被其他向公众提出食品保藏建议的人员广泛采用。

[stiɪl] ['ʌðə(r)] [ˌpʌblɪ'keɪnɪz] [tel] [haʊ] [tu:; tə][stɔ:(r)] [fu:d] ['prɒpəli] [fɔ:(r); fə(r)][ˈmæksɪməm][ˈkwɒləti]
Still other publications tell how to store food properly for maximum quality
仍然 其他 出版物 告诉 如何 到 店铺 食物 适当地 为了 最大限度 质量
[ænd; ənd] ['seɪfti] .
and safety .
和 安全 .
还有一些出版物介绍了如何正确储存食物，以最大限度地保证食物的质量和安全性。

[ðɪs] 50th [ˌæni'vɜ:səri] ['resəpi] [kə'lek](ə)n [ɪnk'lu:dz] ['resəpɪz][frɒm; frəm] ['kʌrənt] [ˌpʌblɪ'keɪnɪz]
This 50th anniversary recipe collection includes recipes from current publications
这 50th 周年纪念日 食谱 收藏 包括 食谱 从 当前的 出版物
[ænd; ənd][ə; eɪ] [sɪ'lek](ə)n [ɒv; əv][ˈresəpɪz][frɒm; frəm][ðə; ði][fɜ:st] [ɪ'dɪ](ə)n [ɒv; əv] “ [ɑ:nt] ['sæmɪz] ['reɪdiəʊ]
and a selection of recipes from the first edition of “ Aunt Sammy's Radio
和 一个 选择 的 食谱 从 这 第一的 版 的 “ 阿姨 萨米的 收音机
[ˈresəpɪz] .
Recipes .
食谱 .

这部 50 周年纪念食谱集收录了当前出版物中的食谱以及第一版《萨米阿姨的广播食谱》中的精选食谱。

” [ɔ:l] [ɒv; əv] [ði:z] ['resəpɪz][hæv; həv] [bi:n] [ɪt'estɪd] [ɪn][ðə; ði] [lə'bɒrətɪri] [ænd; ənd] [faʊnd] [ək'septəb(ə)l]
“ All of these recipes have been retested in the laboratory and found acceptable
” 全部 的 这些 食谱 有 到过 重新测试 在 这 实验室 和 成立 可接受
[baɪ] [teɪst] [ˈpænəlz] .
by taste panels .
经过 品尝 面板 .
“所有这些配方都经过实验室重新测试，并被品尝小组认为可以接受。”

[ˈresəpɪz] [frəm; frəm][ðə; ði] - . . .
RECIPES FROM THE 1920's . . .
食谱 从 这 - . . .

20世纪20年代的食谱.....

[su:ps]
Soups
汤

汤

[ˈʌnjən] [su:p] [,eɪ ˈju:] [ˈgrætæn]
Onion Soup Au Gratin
洋葱 汤 奥 焗烤

焗烤洋葱汤

[θri:] [kʌps] [mi:t] [brʊθ] .
3 cups meat broth .
3 杯子 肉 肉汤 .

杯肉汤。

[sɪks] [ˈmi:diəm] - [saɪzd] [ˈʌnjənz] , [tʃɒpt] .
6 medium - sized onions , chopped .
6 中等的 - 尺寸 洋葱 , 切碎 .

6个中等大小的洋葱，切碎。

½ [ˈti:spu:n] [sɔ:lt] .
½ teaspoon salt .
½ 茶匙 盐 .

½茶匙盐。

[fɔ:r] [ˈteɪbəl,spu:nz] [ˈflaʊə(r)] .
4 tablespoons flour .
4 汤匙 面粉 .

4汤匙面粉。

[tu:ˈtu:] [ˈteɪbəl,spu:nz] [kəʊld][ˈwɔ:tə(r)] .
2 tablespoons cold water .
2 汤匙 寒冷的 水 .

2汤匙冷水。

[ˈpepə(r)] .
Pepper .
胡椒 .

胡椒。

[təʊst] .
Toast .
吐司 .

吐司。

[ˈpɑ:məzæn; ,pɑ:məˈzæn] [tʃi:z] .
Parmesan cheese .
帕尔马干酪 奶酪 .

帕玛森奶酪。

[kʊk] [ðə; ði] [tʃɒpt] [ˈʌnjənz] [ɪn][ə; eɪ] [smɔ:l] [əˈmaʊnt] [ɒv; əv][ˈwɔ:tə(r)] [ʌnˈtɪl] [ˈtendə(r)] .
Cook the chopped onions in a small amount of water until tender .
厨师 这 切碎 洋葱 在 一个 小的 数量 的 水 直到 投标 .

将切碎的洋葱放入少量水中煮至软烂。

[eɪ dɪː ˈdiː][tuːˈtuː] [ˈteɪbəl,spuːnz] [ɒv; əv][fæət][frɒm; frəm][ðə; ði] [miːt] [brɒθ] [ɔː(r)][ðə; ði] [seɪm] [ˈkwɒntəti]
Add 2 tablespoons of fat from the meat broth or the same quantity
添加 2 汤匙 的 胖的 从 这 肉 肉汤 或者 这 相同的 数量
[ɒv; əv][ˈbʌtə(r)][ænd; ənd][let][ðə; ði] [ˈʌnjənz] [kʊk] [daʊn] [ɪn] [ðɪs] [ʌnˈtɪl] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ˈjeləʊ] . [θriː]
of butter and let the onions cook down in this until they are yellow . 3
的 黄油 和 让 这 洋葱 厨师 向下 在 这 直到 他们 是 黄色的 . 3
加入2汤匙肉汤中的油脂或等量的黄油，将洋葱在油脂中煮至变黄。

[mɪks][ðem; ðəm] [wɪð] [ðə; ði] [miːt] [brɒθ] [ænd; ənd][sɔːlt][ænd; ənd] [ˈθɪkən] [wɪð] [ðə; ði][ˈflaʊə(r)][ænd; ənd]
Mix them with the meat broth and salt and thicken with the flour and
混合 他们 和 这 肉 肉汤 和 盐 和 加厚 和 这 面粉 和
[kəʊld][ˈwɔːtə(r)] [wɪtʃ] [hæv; həv] [biːn] [ˈblendɪd] .
cold water which have been blended .
寒冷的 水 哪个 有 到过 混合 .
将它们与肉汤和盐混合，然后用混合好的面粉和冷水勾芡。

[kʊk] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [fjuː] [ˈmɪnɪts] .
Cook for a few minutes .
厨师 为了 一个 很少 分钟 .
煮几分钟。

[ˈsiːz(ə)n] [wɪð] [ˈpepə(r)][æz; əz][dɪˈzaɪəd] .
Season with pepper as desired .
季节 和 胡椒 作为 想要的 .
根据个人口味加入胡椒粉调味。

[pɔː(r)][ðə; ði] [suːp] [ˈɪntuː] [bəʊlɪz] [ɔː(r)] [suːp] [pleɪts] ,
Pour the soup into bowls or soup plates ,
倒 这 汤 进入 碗 或者 汤 盘子 ,
将汤倒入碗或汤盘中，

[pleɪs] [ɒn][tɒp][ə; eɪ] [raʊnd] [ɔː(r)][sleɪs] [ɒv; əv] [ˈtəʊstɪd] [bred] ,
place on top a round or slice of toasted bread ,
地方 在 顶部 一个 圆形的 或者 片 的 烤过的 面包 ,
在上面放上一片烤面包或圆面包，

[ænd; ənd][ˈsprɪŋk(ə)l][ˈgreɪtɪd] [tʃiːz] [ˈəʊvə(r)][ðə; ði] [bred] [ænd; ənd] [suːp] .
and sprinkle grated cheese over the bread and soup .
和 撒 磨碎的 奶酪 超过 这 面包 和 汤 .
在面包和汤上撒上磨碎的奶酪。

[sɜːv] [æt; ət][wʌns] .
Serve at once .
服务 在 一次 .
立即食用。

[mɪlk] - [ˈvedʒtəb(ə)l] [suːps]
Milk - Vegetable Soups
牛奶 - 蔬菜 汤
牛奶蔬菜汤

[mɪlk] - [ˈvedʒtəb(ə)l] [suːps] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [frɒm; frəm] [kʊkt] [ˈvedʒtəb(ə)lz] ([tʃɒpt] [ɔː(r)] [slaɪst])
Milk - vegetable soups are made from cooked vegetables (chopped or sliced)
牛奶 - 蔬菜 汤 是 制成 从 煮熟 蔬菜 (切碎 或者 切片)
[ænd; ənd][mɪlk] [ˈslɑːtli] [ˈθɪkənd] .
and milk slightly thickened .
和 牛奶 轻微地 增稠 .
牛奶蔬菜汤是用煮熟的蔬菜（切碎或切片）和略微浓稠的牛奶制成的。

[ðə; ði][ˈvedʒtəb(ə)lz] [meɪ] [biː; bi][əˈspærəgəs] , [ˈpiːz] , [biːnz] [ɒv; əv] [ˈveəriəs] [kaɪndz] , [ˈseləri] , [pəˈteɪtəʊz] ,
The vegetables may be asparagus , peas , beans of various kinds , celery , potatoes ,
这 蔬菜 可能 是 芦笋 , 豌豆 , 豆子的 各种各样的 种类 , 芹菜 , 土豆 ,
[ˈtʃːnɪps] ,
turnips ,
萝卜 ,

蔬菜可以是芦笋、豌豆、各种豆类、芹菜、土豆、芜菁等。

[ˈkærəts] , [ˈspɪnɪtʃ] , [ˈʌnjənz] , [kɔːn] , [ˈkæbɪdʒ] , [ɔː(r)][ˈɔːlməʊst][ˈeni][ˈʌðə(r)][ˈvedʒtəb(ə)l] .
carrots , spinach , onions , corn , cabbage , or almost any other vegetable .
胡萝卜 , 菠菜 , 洋葱 , 玉米 , 卷心菜 , 或者 几乎 任何 其他 蔬菜 .

胡萝卜、菠菜、洋葱、玉米、卷心菜，或者几乎任何其他蔬菜。

[sʌm; səm][ɒv; əv] [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [ɡʊd] [ɪn][kəmbrɪˈneɪ(ə)n] , [sʌtʃ] [æz; əz][pəˈteɪtəʊz][ænd; ənd] [ˈʌnjənz] ,
Some of these are good in combination , such as potatoes and onions ,
一些 的 这些 是 好的 在 组合 , 这样的 作为 土豆 和 洋葱 ,
[pəˈteɪtəʊz][ænd; ənd] [ˈtʃːnɪps] ,
potatoes and turnips ,
土豆 和 萝卜 ,

有些食材搭配起来味道很好，例如土豆和洋葱，土豆和芜菁。

[ˈtʃːnɪps] [ænd; ənd] [ˈkærəts] .
turnips and carrots .
萝卜 和 胡萝卜 .

芜菁和胡萝卜。

[tuːˈtuː] [kʌps] [mɪlk] .
2 cups milk .
2 杯子 牛奶 .

2 杯牛奶。

[wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈflaʊə(r)][ɔː(r)] [les] .
1 tablespoon flour or less .
1 汤匙 面粉 或者 较少的 .

1汤匙面粉或更少。

[wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈbʌtə(r)] .
1 tablespoon butter .
1 汤匙 黄油 .

1汤匙黄油。

[sɔːlt] .
Salt .
盐 .

盐。

²/₃ [kʌp] [kʊkt] [ˈvedʒtəb(ə)lz] , [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] , [mæft] [ɔː(r)] [streɪnd] .
²/₃ cup cooked vegetables , finely chopped , mashed or strained .
²/₃ 杯子 煮熟 蔬菜 , 精细地 切碎 , 捣碎 或者 紧张 .

²/₃ 杯煮熟的蔬菜，切碎、捣碎或过滤。

[ˈθɪkən] [ðə; ði][mɪlk] [wɪð] [ðə; ði][ˈflaʊə(r)][æz; əz][fɔː(r); fə(r)] [waɪt] [sɔːs] .
Thicken the milk with the flour as for white sauce .
加厚 这 牛奶 和 这 面粉 作为 为了 白色的 酱 .

像做白酱一样，用面粉勾芡牛奶。

[eɪ diː ˈdiː][ðə; ði][ˈʌðə(r)] [ɪnˈɡriːdiənts] .
Add the other ingredients .
添加 这 其他 原料 .

加入其他配料。

[ɪf] [ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)l] [ɪz] [ˈstɑ:tʃi] , [ju:z] [les] ['flaʊə(r)] [ɔ:(r)] [θɪn] [ðə; ði] [su:p] [wɪð] [mɪlk] .
If the vegetable is starchy , use less flour or thin the soup with milk .
如果 这 蔬菜 是 淀粉 , 使用 较少的 面粉 或者 薄的 这 汤 和 牛奶 .

如果蔬菜淀粉含量高，就少放面粉或者用牛奶稀释汤。

[ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)lz] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] ['faɪnli] [tʃɒpt] , [mæft] , [ɔ:(r)] [streɪnd] ,
The vegetables should be finely chopped , mashed , or strained ,
这 蔬菜 应该 是 精细地 切碎 , 捣碎 , 或者 紧张 ,

蔬菜应该切碎、捣碎或过滤。

[səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [wɪl] [blend] [wel] [wɪð] [ðə; ði] ['θɪkənd] [mɪlk] .
so that they will blend well with the thickened milk .
所以 那 他们 将要 混合 出色地 和 这 增稠 牛奶 .

这样它们就能与浓稠的牛奶充分混合。

[meɪn] ['dɪʃɪz]
Main Dishes
主要的 菜肴

主菜

['ʃepərdz] [paɪ]
Shepherd's Pie
牧羊人的 馅饼

牧羊人派

[gri:s] [ə; eɪ] [tu:'tu:] - [kwɔ:t] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] [ænd; ənd] ['kʌvə(r)] [ðə; ði] [sardz] [wɪð] [ə; eɪ] [θɪn] ['leɪə(r)] [ɒv; əv]
Grease a 2 - quart baking dish and cover the sides with a thin layer of
润滑脂 一个 2 - 夸脱 烘烤 盘子 和 覆盖 这 侧面 和 一个 薄的 层 的
['si:z(ə)nd] [mæft] [pə'teɪtəʊ] .
seasoned mashed potato .
经验丰富的 捣碎 土豆 .

在一个2夸脱的烤盘上抹油，然后在烤盘四周铺上一层薄薄的调味土豆泥。

[ju:z] [ə'baʊt] 2½ [kʌps] [pə'teɪtəʊ] .
Use about 2½ cups potato .
使用 关于 2½ 杯子 土豆 .

大约使用2.5杯土豆。

[fɪl] [ðə; ði] ['sentə(r)] [wɪð] [ə'baʊt] 4½ [kʌps] [wel] - ['si:z(ə)nd] , ['slætli] ['θɪkənd] [stju:] , [kri:md]
Fill the center with about 4½ cups well - seasoned , slightly thickened stew , creamed
充满 这 中心 和 关于 4½ 杯子 出色地 - 经验丰富的 , 轻微地 增稠 炖 , 奶油
['tʃɪkɪn] , [ɔ:(r)] [kri:md] [fɪ] .
chicken , or creamed fish .
鸡 , 或者 奶油 鱼 .

在中心填入约 4½ 杯调味良好、略微浓稠的炖菜、奶油鸡肉或奶油鱼。

[ðeə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] [nəʊ] [pə'teɪtəʊz] [ɪn] [ðə; ði] [stju:] .
There should be no potatoes in the stew .
那里 应该 是 不 土豆 在 这 炖 .

炖菜里不应该有土豆。

['kʌvə(r)] [ðə; ði] [tɒp] [wɪð] [wʌn] [kʌp] [mæft] [pə'teɪtəʊ] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] [hɒt] ['ʌv(ə)n] (400°F .)
Cover the top with 1 cup mashed potato and bake in a hot oven (400°F .)
覆盖 这 顶部 和 1 杯子 捣碎 土豆 和 烤 在 一个 热的 烤箱 (400°F .)

在顶部铺上一杯土豆泥，放入预热至华氏400度（摄氏204度）的烤箱中烘烤。

[ʌn'tɪl] [ðə; ði] [paɪ] [ɪz] [hɒt] [θru:] [ænd; ənd] ['slætli] [braʊn] [ɒn] [tɒp] .
until the pie is hot through and slightly browned on top .
直到 这 馅饼 是 热的 通过 和 轻微地 棕色 在 顶部 .

直到馅饼完全热透，表面略呈棕色。

[nəʊt] : [ðə; ði][ˈresəpi][fɔ:(r); fə(r)] [bi:f] [stju:] [ɒn][peɪdʒ] - [meɪ][bi;; bi][ju:st] .
NOTE : The recipe for Beef Stew on page 13 may be used .
笔记 : 这 食谱 为了 牛肉 炖 在 页 - 可能 是 用过的 :

注: 可以使用第 13 页的炖牛肉食谱。

[ˈfri:kəˈsi:d] [ˈtʃɪkɪn] [wɪð] [ˈdʌmplɪŋz]
Fricasseed Chicken with Dumplings
炖菜 鸡 和 饺子

鸡肉烩饺子

[kʌt] [ˈtʃɪkɪn] [ˈɪntu:] [ˈpi:sɪz] [fɔ:(r); fə(r)] [ˈsɜ:vɪŋ] .
Cut chicken into pieces for serving .
切 鸡 进入 件 为了 服务 :

将鸡肉切成块即可食用。

[rəʊl] [i:tʃ] [pi:s] [ɪn][ˈflaʊə(r)][ænd; ənd] [braʊn] [ɪn][hɒt][fæt] .
Roll each piece in flour and brown in hot fat .
卷 每个 片 在 面粉 和 棕色的 在 热的 胖的 :

将每块肉裹上面粉，然后在热油中炸至金黄。

[ˈbraʊnɪŋ] [ðə; ði] [ˈtʃɪkɪn] [brɪˈfɔ:(r)] [ˈkʊkɪŋ] [aɪˈti:] [helps] [rɪˈteɪn] [ænd; ənd] [dɪˈveləp] [ðə; ði][ˈfleɪvə(r)] .
Browning the chicken before cooking it helps retain and develop the flavor .
勃朗宁 这 鸡 前 烹饪 它 帮助 保持 和 发展 这 味道 :

先将鸡肉煎至金黄，有助于保留和提升鸡肉的风味。

[ˈɑ:ftə(r)][ðə; ði] [ˈpi:sɪz] [ɑ:(r); ə(r)] [braʊn] , [ˈsɪmə(r)] [ʌnˈtɪl][ˈtendə(r)][ɪn] [ɪˈnʌf] [ˈwɔ:tə(r)][tu:; tə][ˈkʌvə(r)] .
After the pieces are browned , simmer until tender in enough water to cover .
后 这 件 是 棕色 , 煨 直到 投标 在 足够的 水 到 覆盖 :

将食材煎至棕色后，加入足够的水没过食材，小火慢炖至软烂。

[wen] [aɪˈti:][ɪz] [dʌn] , [teɪk] [ðə; ði] [ˈtʃɪkɪn] [aʊt][ænd; ənd] [kʊk] [ˈdʌmplɪŋz] [ɪn][ðə; ði][ˈɡreɪvi] .
When it is done , take the chicken out and cook dumplings in the gravy .
什么时候 它 是 完毕 , 拿 这 鸡 出去 和 厨师 饺子 在 这 肉汁 :

完成后，将鸡肉取出，用剩下的肉汁煮饺子。

[sɜ:v] [ðə; ði] [ˈtʃɪkɪn] [ɪn][ðə; ði][ˈsentə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ][ˈplætə(r)] [wɪð] [ðə; ði] [ˈdʌmplɪŋz] [əˈraʊnd][ðə; ði]
Serve the chicken in the center of a platter with the dumplings around the
服务 这 鸡 在 这 中心 的 一个 拼盘 和 这 饺子 大约 这
edge .
edge .
边缘 :

将鸡肉放在盘子中央，饺子放在盘子边缘。

[pɔ:(r)][ðə; ði][ˈɡreɪvi][ˈəʊsə(r)][ðə; ði] [ˈtʃɪkɪn] . [fɔ:r]
Pour the gravy over the chicken . 4
倒 这 肉汁 超过 这 鸡 . 4

将肉汁浇在鸡肉上。4

[ˈdʌmplɪŋz]
Dumplings
饺子

饺子

[wʌŋ][kʌp][ˈflaʊə(r)] .
1 cup flour .
1 杯子 面粉 :

杯面粉。

2½ [ˈti:spu:n] [ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)] .
2½ teaspoons baking powder .
2½ 茶匙 烘烤 粉末 :

2.5茶匙泡打粉。

$\frac{1}{2}$ [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
 $\frac{1}{2}$ teaspoon salt .
 $\frac{1}{2}$ 茶匙 盐 .

$\frac{1}{2}$ 茶匙盐。

[wʌn] [eg] .
 $\frac{1}{1}$ egg .
 $\frac{1}{1}$ 蛋 .

1个鸡蛋。

$\frac{1}{3}$ [kʌp] [mɪlk] .
 $\frac{1}{3}$ cup milk .
 $\frac{1}{3}$ 杯子 牛奶 .

三分之一杯牛奶。

[sɪft] [ðə; ði] [ˈflaʊə(r)] , [ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)] [ænd; ənd] [sɔːlt] [təˈgeðə(r)] .
Sift the flour , baking powder and salt together .
筛 这 面粉 , 烘烤 粉末 和 盐 一起 .

将面粉、泡打粉和盐一起过筛。

[biːt] [ðə; ði] [eg] [wel] , [ˌeɪ diː ˈdiː] [ðə; ði] [mɪlk] , [ænd; ənd] [mɪks] [wɪð] [ðə; ði] [draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] .
Beat the egg well , add the milk , and mix with the dry ingredients .
打 这 蛋 出色地 , 添加 这 牛奶 , 和 混合 和 这 干燥 原料 .

将鸡蛋打散，加入牛奶，与干料混合均匀。

[drɒp] [baɪ] [smɔːl] [ˈspuːnful] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [ˈtʃɪkɪn] [ˈɡreɪvi] .
Drop by small spoonfuls into the chicken gravy .
降低 经过 小的 一勺 进入 这 鸡 肉汁 .

用小勺一勺一勺地滴入鸡肉肉汁中。

[ˈkʌvə(r)] [ˈtaɪtli] [ænd; ənd] [kʊk] [fɔː(r); fə(r)] - [ˈmɪnɪts] .
Cover tightly and cook for 15 minutes .
覆盖 紧紧 和 厨师 为了 - 分钟 .

盖紧锅盖，煮15分钟。

[ðə; ði] [tɒp] [mʌst; məst] [nɒt] [biː; bi] [rɪˈmuːvd] [waɪl] [ðə; ði] [ˈdʌmplɪŋz] [ɑː(r); ə(r)] [ˈkʊkɪŋ] .
The top must not be removed while the dumplings are cooking .
这 顶部 必须 不是 是 已移除 尽管 这 饺子 是 烹饪 .

饺子煮熟的过程中不能揭开盖子。

[ɪf] [ðə; ði] [stiːm] [ɪˈskeɪps] , [ðə; ði] [ˈdʌmplɪŋz] [wɪl] [nɒt] [biː; bi] [laɪt] .
If the steam escapes , the dumplings will not be light .
如果 这 蒸汽 逃脱 , 这 饺子 将要 不是 是 光 .

如果蒸汽逸散了，饺子就不会蓬松。

[beɪkt] [ˈtʃiːz] [ænd; ənd] [ˌmækəˈrəʊni]
Baked Cheese and Macaroni
烘焙 奶酪 和 通心粉

烤奶酪和通心粉

[tuːˈtuː] [kʌps] [ˌmækəˈrəʊni] [ɔː(r)] [spəˈɡeti] , [ˈbræʊkən] [ɪn] [smɔːl] [ˈpiːsɪz] .
 $\frac{2}{2}$ cups macaroni or spaghetti , broken in small pieces .
 $\frac{2}{2}$ 杯子 通心粉 或者 意大利细面条 , 破碎的 在 小的 件 .

杯通心粉或意大利面，掰成小段。

[fɔːr] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ˈflaʊə(r)] .
 $\frac{4}{4}$ tablespoons flour .
 $\frac{4}{4}$ 汤匙 面粉 .

4汤匙面粉。

[fɔːr] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ˈbʌtə(r)] .
 $\frac{4}{4}$ tablespoons butter .
 $\frac{4}{4}$ 汤匙 黄油 .

4汤匙黄油。

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] [mɪlk] .
2 cups milk .
2 杯子 牛奶 .

2 杯牛奶。

³/₄ [paʊnd] [əˈmerɪkən] [tʃiːz] .
³/₄ pound American cheese .
³/₄ 磅 美国人 奶酪 .

³/₄磅美式奶酪。

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
1 teaspoon salt .
1 茶匙 盐 .

1 茶匙盐。

[ˈbʌtə(r)] .
Butter .
黄油 .

黄油。

[sɒft] [bred] [krʌmz] .
Soft bread crumbs .
柔软的 面包 面包屑 .

软面包屑。

[kʊk] [ðə; ði][ˌmækəˈrəʊni][ɔː(r)] [spəˈgeti] [ɪn][ˌtuːˈtuː] [kwɔːts] [ɒv; əv] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈsɔːltɪd][ˈwɔːtə(r)][ʌnˈtɪl][ˈtendə(r)]
Cook the macaroni or spaghetti in 2 quarts of boiling salted water until tender .
厨师 这 通心粉 或者 意大利细面条 在 2 夸脱 的 沸腾 咸的 水 直到 投标 .
.
.
.

将通心粉或意大利面放入 2 夸脱沸腾的盐水中煮至软熟。

[dreɪn] .
Drain .
流走 .

流走。

[meɪk] [ə; eɪ] [sɔːs] [wɪð] [ðə; ði][ˈflaʊə(r)] , [ˈbʌtə(r)] , [mɪlk] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
Make a sauce with the flour , butter , milk , and salt .
制作 一个 酱 和 这 面粉 , 黄油 , 牛奶 , 和 盐 .

用面粉、黄油、牛奶和盐制作酱汁。

[greɪt] [ɔː(r)][kʌt][ðə; ði] [tʃiːz] [ˈɪntuː][ðə; ði] [sɔːs] ,
Grate or cut the cheese into the sauce ,
格特 或者 切 这 奶酪 进入 这 酱 ,

将奶酪刨丝或切成小块拌入酱汁中。

[rɪˈzɜːvɪŋ] [ə; eɪ][ˈlɪt(ə)][tuː; tə] [greɪt] [ˈəʊvə(r)][ðə; ði][tɒp][ɒv; əv][ðə; ði] [dɪʃ] .
reserving a little to grate over the top of the dish .
预订 一个 小的 到 格特 超过 这 顶部 的 这 盘子 .

留少许刨丝撒在菜肴顶部。

[pleɪs] [ðə; ði][ˌmækəˈrəʊni][ɪn][ə; eɪ] [ˈbʌtəd] [ˈbeɪkɪŋ] [dɪʃ] , [ɪn] [ɔːlˈtɜːnət] [ˈleɪəz] [wɪð] [ðə; ði] [tʃiːz]
Place the macaroni in a buttered baking dish , in alternate layers with the cheese .
地方 这 通心粉 在 一个 涂黄油的 烘烤 盘子 , 在 备用 层 和 这 奶酪 [sɔːs] .
sauce .
酱 .

将通心粉放入涂了黄油的烤盘中，与奶酪酱交替分层铺放。

[ˈskætə(r)][ðə; ði][ˈekstrə][ˈgreɪtɪd] [tʃiːz] [ˈəʊvə(r)][ðə; ði][tɒp] [wɪð] [ˈbʌtəd] [bred] [krʌmz] .
Scatter the extra grated cheese over the top with buttered bread crumbs .
分散 这 额外的 磨碎的 奶酪 超过 这 顶部 和 涂黄油的 面包 面包屑 .

将多余的磨碎奶酪和涂抹了黄油的面包屑撒在上面。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [ˈmɒdərət] [ˈʌv(ə)n] (350°F .) [ʌnˈtɪl][ðə; ði] [sɔːs] [ænd; ənd][ˌmækəˈrəʊni][ɑː(r); ə(r)][hɒt]
Bake in a moderate oven (350°F .) until the sauce and the macaroni are hot
烤 在 一个 缓和 烤箱 (350°F .) 直到 这 酱 和 通心粉 是 热的
[θruː] [ænd; ənd][ðə; ði] [krʌmz] [ɑː(r); ə(r)] [braʊn] .
through and the crumbs are brown .
通过 和 这 面包屑 是 棕色的 .

在中等温度（350°F）的烤箱中烘烤，直到酱汁和通心粉完全热透，面包屑呈棕色。

[ˈsmʌðə] [hæm] [wɪð] [swiːtpəteɪtəʊz]
Smothered Ham with Sweetpotatoes
窒息 火腿 和 红薯

红薯焖火腿

[wʌn][slaɪs][ɒv; əv] [sməʊkt] [hæm] , [kʌt][ˈɪntuː][ˈsaɪzɪz][fɔː(r); fə(r)] [ˈsɜːvɪŋ] .
1 slice of smoked ham , cut into sizes for serving .
1 片 的 熏制 火腿 , 切 进入 尺寸 为了 服务 .

片烟熏火腿，切成适合食用的大小。

[θriː][kʌps] [rɔː] , [slaɪst] [swiːtpəteɪtəʊz] .
3 cups raw , sliced sweetpotatoes .
3 杯子 生的 , 切片 红薯 .

3杯生的切片红薯。

[wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈbʌtə(r)][ɔː(r)][hæm] [ˈdrɪpɪŋ] .
1 tablespoon butter or ham drippings .
1 汤匙 黄油 或者 火腿 滴落物 .

1汤匙黄油或火腿油。

[tuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ˈʃʊɡə(r)] .
2 tablespoons sugar .
2 汤匙 糖 .

2汤匙糖。

[wʌn][kʌp][hɒt][ˈwɔːtə(r)] .
1 cup hot water .
1 杯子 热的 水 .

1 杯热水。

[braʊn] [ðə; ði][hæm] [ˈlaɪtlɪ] [ɒn][bəʊθ][saɪdz][ænd; ənd] [əˈreɪndʒ] [ˌaɪˈtiː][tuː; tə][ˈkʌvə(r)][ðə; ði] [ˈbɒtəm] [ɒv; əv]
Brown the ham lightly on both sides and arrange it to cover the bottom of
棕色的 这 火腿 轻轻 在 两个都 侧面 和 安排 它 到 覆盖 这 底部 的
[ə; eɪ] [ˈbeɪkɪŋ] [dɪ] .
a baking dish .
一个 烘烤 盘子 .

将火腿两面略微煎至棕色，然后铺在烤盘底部。

[spred] [ðə; ði] [slaɪst] [swiːtpəteɪtəʊz] [ˈəʊvə(r)][ðə; ði][hæm] .
Spread the sliced sweetpotatoes over the ham .
传播 这 切片 红薯 超过 这 火腿 .

将切好的红薯铺在火腿上。

[ˈsprɪŋk(ə)] [wɪð] [ˈʃʊɡə(r)] .
Sprinkle with sugar .
撒 和 糖 .

撒上糖。

[ˌeɪ dɪː ˈdiː][ðə; ði][hɒt][ˈwɔːtə(r)][ænd; ənd][fæt] .
Add the hot water and fat .
添加 这 热的 水 和 胖的 .

加入热水和油脂。

[ˈkʌvə(r)][ðə; ði][dɪ] [ænd; ənd][beɪk] [ˈsləʊli][æt; ət] 350°F .
Cover the dish and bake slowly at 350°F .
覆盖 这 盘子 和 烤 缓慢地 在 350°F .

盖上盖子，以 350°F 的温度慢烤。

([ˈmɒdərət] [ˈʌv(ə)n]) [ʌnˈtɪl][ðə; ði][hæm][ɪz][ˈtendə(r)] .
(moderate oven) until the ham is tender .
(缓和 烤箱) 直到 这 火腿 是 投标 .

(用中火烤至火腿变软)

[beɪst][ðə; ði][pəˈteɪtəʊz] [əˈkeɪʒnəli] [wɪð][ðə; ði][ˈlɪkwɪd] .
Baste the potatoes occasionally with the liquid .
绷 这 土豆 偶尔 和 这 液体 .

不时地用液体给土豆浇水。

[braʊn][ðə; ði][tɒp][wel] .
Brown the top well .
棕色的 这 顶部 出色地 .

把顶部煎至棕色。

[kriːmd] [ˈɔɪstə(r)z]
Creamed Oysters
奶油 牡蛎

奶油牡蛎

[wʌn][kwɔːt] [ˈɔɪstə(r)z] .
1 quart oysters .
1 夸脱 牡蛎 .

1夸脱牡蛎。

2½ [kʌps][mɪlk][ænd; ənd][ˈɔɪstə(r)][ˈlɪkə(r)] .
2½ cups milk and oyster liquor .
2½ 杯子 牛奶 和 牡蛎 酒 .

2.5 杯牛奶和牡蛎汁。

½ [kʌp][ˈbʌtə(r)] .
½ cup butter .
½ 杯子 黄油 .

半杯黄油。

½ [kʌp][ˈflaʊə(r)] .
½ cup flour .
½ 杯子 面粉 .

半杯面粉。

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
1 teaspoon salt .
1 茶匙 盐 .

1茶匙盐。

⅛ [ˈtiːspuːn] [ˈpepə(r)] .
⅛ teaspoon pepper .
⅛ 茶匙 胡椒 .

⅛茶匙胡椒粉。

¼ [ˈtiːspuːn] [ˈʌnjən][dʒuːs] , [ɪf] [dɪˈzaɪəd] . [faɪv]
¼ teaspoon onion juice , if desired . 5
¼ 茶匙 洋葱 汁 , 如果 想要的 . 5

如果需要，可加入¼茶匙洋葱汁。

[kʊk] [ðə; ði][ˈɔɪstə(r)z][ɪn][ðəə(r)][ˈlɪkə(r)] [ʌn'tɪl][ðə; ði] ['edʒɪz] [brɪ'ɡɪn][tu:; tə] [kɜ:l] .

Cook the oysters in their liquor until the edges begin to curl .
厨师 这 牡蛎 在 他们的 酒 直到 这 边缘 开始 到 卷曲 .

将牡蛎连同其汁液一起煮至边缘开始卷曲。

[du:; də][nɒt][let][ðem; ðəm] [kʊk] [tu:] [lɒŋ] [ɔ:(r)] [ðeɪ] [wɪl] [bi:; bi] [tʌf] .

Do not let them cook too long or they will be tough .
做 不是 让 他们 厨师 也 长的 或者 他们 将要 是 艰难的 .

不要煮太久，否则它们会变硬。

[streɪn] [ɒf] [ðə; ði] ['lɪkə(r)] .

Strain off the liquor .
拉紧 离开 这 酒 .

将酒液滤掉。

[tu:; tə][ə'baʊt][wʌŋ][kʌp][ɒv; əv] [ðɪs] ['lɪkə(r)] , [ˌeɪ di: 'di:] [ɪ'nʌf] [mɪlk][tu:; tə] [meɪk] 2½ [kʌps] .

To about 1 cup of this liquor , add enough milk to make 2½ cups .
到 关于 1 杯子 的 这 酒 , 添加 足够的 牛奶 到 制作 2½ 杯子 .

在约 1 杯这种酒中加入足够的牛奶，使总量达到 2.5 杯。

[melt][ðə; ði]['bʌtə(r)][ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði]['flaʊə(r)] , ['stɜ:rɪŋ] [ʌn'tɪl] ['blendɪd] .

Melt the butter and add the flour , stirring until blended .
熔化 这 黄油 和 添加 这 面粉 , 搅拌 直到 混合 .

将黄油融化，加入面粉，搅拌至混合均匀。

[ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði]['lɪkwɪd] .

Add the liquid .
添加 这 液体 .

加入液体。

[kʊk] [fɔ:(r); fə(r)][faɪv][ɔ:(r)] - ['mɪnɪts] [tu:; tə][du:; də][ə'weɪ] [wɪð] [ðə; ði] ['stɑ:tʃi] ['fleɪvə(r)][ɒv; əv][ðə; ði]

Cook for 5 or 10 minutes to do away with the starchy flavor of the
厨师 为了 5 或者 - 分钟 到 做 离开 和 这 淀粉 味道 的 这

['flaʊə(r)] .

flour .
面粉 .

煮5到10分钟，去除面粉的淀粉味。

[ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði][ˈɔɪstə(r)z][ænd; ənd] ['si:zənɪŋ] [ænd; ənd] [sɜ:v] [æt; ət][wʌns][ɪn] ['pæti] [[elz] [ɔ:(r)][ɒn]

Add the oysters and seasoning and serve at once in patty shells or on
添加 这 牡蛎 和 调料 和 服务 在 一次 在 肉饼 贝壳 或者 在

[təʊst] .

toast .
吐司 .

加入牡蛎和调味料，立即盛入饼状容器或吐司中食用。

[ɪf] [kri:md] [ˈɔɪstə(r)z][stænd] , [ðə; ði] [sɔ:s] [brɪ'kʌmz] [θɪn] .

If creamed oysters stand , the sauce becomes thin .
如果 奶油 牡蛎 站立 , 这 酱 变成 薄的 .

奶油牡蛎静置一段时间后，酱汁会变稀。

[ˈvedʒtəb(ə)lz]

Vegetables
蔬菜

蔬菜

[ˈhɑ:vəd] [bi:ts]

Harvard Beets
哈佛大学 甜菜

哈佛甜菜

[sɪks] ['mi:diəm] - [saɪzd] [bi:ts] .
6 medium - sized beets .
6 中等的 - 尺寸 甜菜 .

6个中等大小的甜菜根。

½ [kʌp] ['ʊgə(r)] .
½ cup sugar .
½ 杯子 糖 .

半杯糖。

½ ['teɪblspu:n] ['kɔ:nstɑ:tʃ] .
½ tablespoon cornstarch .
½ 汤匙 玉米淀粉 .

½ 汤匙玉米淀粉。

½ [kʌp] ['vɪnɪgə(r)] .
½ cup vinegar .
½ 杯子 醋 .

半杯醋。

[tu:'tu:] ['teɪbəʃpu:nz] ['bʌtə(r)] .
2 tablespoons butter .
2 汤匙 黄油 .

2汤匙黄油。

[wɒʃ] [bi:ts] , [kʊk] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔ:tə(r)][ʌn'tɪl] ['tendə(r)] , [rɪ'mu:v] [ðə; ði] [skɪnz] ,
Wash beets , cook in boiling water until tender , remove the skins ,
洗 甜菜 , 厨师 在 沸腾 水 直到 投标 , 消除 这 皮肤 ,
将甜菜洗净, 放入沸水中煮至软烂, 去皮。

[ænd; ənd] [kʌt] [ðə; ði] [bi:ts] ['ɪntu:] [θɪn] ['slaɪsɪz] [ɔ:(r)] [kju:bz] .
and cut the beets into thin slices or cubes .
和 切 这 甜菜 进入 薄的 切片 或者 立方体 .

将甜菜根切成薄片或丁。

[mɪks] [ðə; ði] ['ʊgə(r)][ænd; ənd] ['kɔ:nstɑ:tʃ] .
Mix the sugar and cornstarch .
混合 这 糖 和 玉米淀粉 .

将糖和玉米淀粉混合。

[eɪ di: 'di:][ðə; ði] ['vɪnɪgə(r)] , [ænd; ənd] [let] [ðə; ði] [sɔ:s] [bɔɪl] [fɔ:(r); fə(r)][faɪv] ['mɪnɪts] , ['stɜ:rɪŋ]
Add the vinegar , and let the sauce boil for 5 minutes , stirring
添加 这 醋 , 和 让 这 酱 熬 为了 5 分钟 , 搅拌
['kɒnstəntli] .
constantly .
不断地 .

加入醋, 不断搅拌, 让酱汁煮沸 5 分钟。

[dʒʌst][æz; əz][ðə; ði] [sɔ:s] [ɪz] ['teɪkən][frɒm; frəm][ðə; ði] ['faɪə(r)][eɪ di: 'di:][ðə; ði] ['bʌtə(r)] .
Just as the sauce is taken from the fire add the butter .
只是 作为 这 酱 是 已采取 从 这 火 添加 这 黄油 .

酱汁刚从火上移开时, 就加入黄油。

[pɔ:(r)] [sɔ:s] ['əʊvə(r)] [bi:ts] .
Pour sauce over beets .
倒 酱 超过 甜菜 .

将酱汁淋在甜菜根上。

[let] [ðem; ðəm][stænd][ɒn][ðə; ði] [bæk] [ɒv; əv][ðə; ði] [stəʊv] [fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ] [fju:] ['mɪnɪts] [səʊ] [ðæt] [ðə; ði]
Let them stand on the back of the stove for a few minutes so that the
让 他们 站立 在 这 后退 的 这 火炉 为了 一个 很少 分钟 所以 那 这
[bi:ts] [meɪ] [əb'zɔ:b] [ðə; ði] [swi:t] - ['saʊə(r)]['fleɪvə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [sɔ:s] .
beets may absorb the sweet - sour flavor of the sauce .
甜菜 可能 吸收 这 甜的 - 酸的 味道 的 这 酱 .
让它们在炉灶后方静置几分钟，以便甜菜根能够吸收酱汁的酸甜味道。

[beɪkt] ['kju:kʌmbəz]
Baked Cucumbers
烘焙 黄瓜

烤黄瓜

[θri:] [gʊd] - [saɪzd] ['kju:kʌmbəz] .
3 good - sized cucumbers .
3 好的 - 尺寸 黄瓜 .

3根个头不错的黄瓜。

³/₄ [kʌp] [faɪn] [draɪ] ['bredkrʌmz] .
³/₄ cup fine dry breadcrumbs .
³/₄ 杯子 美好的 干燥 面包屑 .

³/₄ 杯细干面包屑。

[θri:] ['teɪbəl,spu:nz] ['bʌtə(r)] .
3 tablespoons butter .
3 汤匙 黄油 .

3汤匙黄油。

¹/₂ ['ti:spu:n] [sɔ:lt] .
¹/₂ teaspoon salt .
¹/₂ 茶匙 盐 .

¹/₂茶匙盐。

1¹/₂ ['teɪbəl,spu:nz] [tʃɒpt] ['ʌnjən] .
1¹/₂ tablespoons chopped onion .
1¹/₂ 汤匙 切碎 洋葱 .

1.5汤匙切碎的洋葱。

1¹/₂ ['ti:spu:n] ['faɪnli] [tʃɒpt] ['pɑ:slɪ] .
1¹/₂ teaspoons finely chopped parsley .
1¹/₂ 茶匙 精细地 切碎 香菜 .

1.5茶匙切碎的欧芹。

[wʌn] ['teɪblspu:n] [tʃɒpt] ['seləri] .
1 tablespoon chopped celery .
1 汤匙 切碎 芹菜 .

1汤匙切碎的芹菜。

[wʌn] [kʌp] [tə'mɑ:təʊz] [kʌt] [ɪn] ['pi:sɪz] .
1 cup tomatoes cut in pieces .
1 杯子 西红柿 切 在 件 .

1 杯切块的西红柿。

[wɒʃ] ['kju:kʌmbəz] [ænd; ənd] [kʌt] [ɪn] [hɑ:f] ['lenθwaɪz] .
Wash cucumbers and cut in half lengthwise .
洗 黄瓜 和 切 在 一半 纵向 .

将黄瓜洗净，纵向切成两半。

[sku:p] [aʊt] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz]['pɒsəb(ə)l][ɒv; əv][ðə; ði] [pʌlp] [wɪ'daʊt] ['breɪkɪŋ] [ðə; ði] [skɪn] .
Scoop out as much as possible of the pulp without breaking the skin .
舀 出去 作为 很多 作为 可能的 的 这 纸浆 没有 打破 这 皮肤 .

尽量挖出果肉，但不要弄破果皮。

[braʊn] [ðə; ði] ['ʌnjən] [ɪn][ðə; ði][fæt] , [ˌeɪ diː 'diː][ˈʌðə(r)] [ɪn'ɡriːdiənts] [mɪkst] [wið] [ðə; ði][ˈkjuːkʌmbə(r)] [pʌlp]
Brown the onion in the fat , add other ingredients mixed with the cucumber pulp
棕色的 这 洋葱 在 这 胖的 , 添加 其他 原料 混合 和 这 黄瓜 纸浆
.
:
.

用油脂将洋葱炒至棕色，加入其他配料与黄瓜果肉混合。

[stɜː(r)] ['kɒnstəntli] , [ænd; ənd] [kɒk] [faɪv] ['mɪnɪts] , [ɔː(r)][ʌn'tɪl][draɪ] .

Stir constantly , and cook five minutes , or until dry .
搅拌 不断地 , 和 厨师 五 分钟 , 或者 直到 干燥 .

不断搅拌，煮五分钟，或直至水分收干。

[pleɪs] [ðə; ði] ['fɪlɪŋ] [ɪn][ðə; ði][ˈkjuːkʌmbə(r)] [ˈjelz] [ænd; ənd] [beɪk] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [ˈjelz] [ɑː(r); ə(r)] [sɒft]

Place the filling in the cucumber shells and bake until the shells are soft
地方 这 填充 在 这 黄瓜 贝壳 和 烤 直到 这 贝壳 是 柔软的

[ænd; ənd][ðə; ði][ˈmɪkstʃə(r)][ɪz] [braʊn] [ɒn][tɒp] .

and the mixture is brown on top .
和 这 混合物 是 棕色的 在 顶部 .

将馅料放入黄瓜皮中，烘烤至黄瓜皮变软，馅料表面呈棕色。

[braʊn] ['pɑːsnɪps]

Browned Parsnips
棕色 欧防风

烤焦的欧洲防风草

[skrʌb] ['pɑːsnɪps] [kliːn] , [drɒp][ˈɪntuː] ['bɔɪlɪŋ] , [ˈlaɪtli] ['sɔːltɪd][ˈwɔːtə(r)] ,

Scrub parsnips clean , drop into boiling , lightly salted water ,
擦洗 欧防风 干净的 , 降低 进入 沸腾 , 轻轻 咸的 水 ,

将欧防风洗净，放入沸腾的淡盐水中，

[ænd; ənd] [kɒk] [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ɔː(r)][ʌn'tɪl][ˈtendə(r)] .

and cook for 15 to 30 minutes or until tender .
和 厨师 为了 - 到 - 分钟 或者 直到 投标 .

煮15至30分钟或直至变软。

[dreɪn] , [skreɪp] [ɒf] [ðə; ði][skɪn] , [splɪt] [ˈlenθwaɪz] , [ænd; ənd] [pʊl] [aʊt][ðə; ði] ['strɪŋgi] [kɔːrz] .

Drain , scrape off the skin , split lengthwise , and pull out the stringy cores .
流走 , 刮 离开 这 皮肤 , 分裂 纵向 , 和 拉 出去 这 细丝 核心 .

沥干水分，刮掉外皮，纵向切开，取出纤维状的果芯。

[dɪp][ðə; ði] ['piːsɪz] [ɪn][ˈflaʊə(r)][ænd; ənd][fraɪ][ɪn][fæt][ʌn'tɪl][ˈgəʊldən] [braʊn] . [sɪks]

Dip the pieces in flour and fry in fat until golden brown . 6
蘸 这 件 在 面粉 和 炒 在 胖的 直到 金的 棕色的 . 6

将块状物蘸上面粉，然后用油煎至金黄色。6

[kɔːn] ['fɹɪtəz]

Corn Fritters
玉米 油炸饼

玉米油炸饼

[wʌn][kʌp][ˈlɪkwɪd] , [ˈaɪðə(r)][dʒuːs][frɒm; frəm] [kænd] [kɔːn] [ɔː(r)][mɪlk] , [ɔː(r)][ðə; ði] [tuː] [mɪkst] .

1 cup liquid , either juice from canned corn or milk , or the two mixed .
1 杯子 液体 , 任何一个 汁 从 罐装 玉米 或者 牛奶 , 或者 这 二 混合 .

杯液体，可以是罐装玉米汁或牛奶，也可以是两者混合。

[wʌn][kʌp] [dreɪnd] [kænd] [kɔːn] .

1 cup drained canned corn .
1 杯子 排水 罐装 玉米 .

1 杯沥干水分的罐装玉米。

1¾ [kʌps] ['sɪftɪd] [keɪk] ['flaʊə(r)]
1¾ cups sifted cake flour
1¾ 杯子 筛过的 蛋糕 面粉

1¾ 杯过筛蛋糕粉

[wʌn] ['teɪblspu:n] ['meltɪd] [fæt] .
1 tablespoon melted fat .
1 汤匙 融化 胖的 .

1汤匙融化的油脂。

[wʌn] [eg] .
1 egg .
1 蛋 .

1个鸡蛋。

[tu:'tu:] ['ti:spu:n] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] .
2 teaspoons baking powder .
2 茶匙 烘烤 粉末 .

2茶匙泡打粉。

¾ ['ti:spu:n] [sɔ:lt] .
¾ teaspoon salt .
¾ 茶匙 盐 .

¾茶匙盐。

[mɪks][ðə; ði]['flaʊə(r)] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] , [ænd; ənd][sɔ:lt] .
Mix the flour , baking powder , and salt .
混合 这 面粉 , 烘烤 粉末 , 和 盐 .

将面粉、泡打粉和盐混合。

[mɪks][ðə; ði][dʒu:s][frɒm; frəm][ðə; ði] [kænd] [kɔ:n] [ɔ:(r)] [mɪlk] , [ɔ:(r)] [wɒt'evə(r)] ['lɪkwɪd][ɪz] [ju:st] ,
Mix the juice from the canned corn or milk , or whatever liquid is used ,
混合 这 汁 从 这 罐装 玉米 或者 牛奶 , 或者 任何 液体 是 用过的 ,
将罐装玉米汁、牛奶或其他任何液体混合在一起。

[ðə; ði] [eg] ['ɑ:ftə(r)][,aɪ 'ti:][hæz; həz] [bi:n] ['bi:t(ə)n] ['slɑɪtli] , [ænd; ənd][ðə; ði] [kænd] [kɔ:n] .
the egg after it has been beaten slightly , and the canned corn .
这 蛋 后 它 有 到过 被打败 轻微地 , 和 这 罐装 玉米 .

稍微打散的鸡蛋和罐装玉米。

[stɜ:(r)] [ðɪs] ['lɪkwɪd]['mɪkstʃə(r)]['grædʒuəli]['ɪntu:][ðə; ði][draɪ] [ɪn'gri:diənts] .
Stir this liquid mixture gradually into the dry ingredients .
搅拌 这 液体 混合物 逐步地 进入 这 干燥 原料 .

将此液体混合物逐渐搅拌到干料中。

[,eɪ di: 'di:][ðə; ði] ['meltɪd] [fæt] .
Add the melted fat .
添加 这 融化 胖的 .

加入融化的油脂。

[ɪf] [ðə; ði] [kɔ:n] [ɪz] ['veri] [mɔɪst] , ['i:v(ə)n]['ɑ:ftə(r)][ðə; ði]['lɪkwɪd][hæz; həz] [bi:n] [dreɪnd] [frɒm; frəm][,aɪ 'ti:] ,
If the corn is very moist , even after the liquid has been drained from it ,
如果 这 玉米 是 非常 潮湿 , 甚至 后 这 液体 有 到过 排水 从 它 ,
如果玉米即使在沥干水分后仍然很湿润,

[mɔ:(r)]['flaʊə(r)] [meɪ] [bi:; bi] ['ni:ɪdɪd] .
more flour may be needed .
更多的 面粉 可能 是 需要 .

可能需要更多面粉。

[fraɪ][ðə; ði] [kɔ:n] ['frɪtəz] [ɪn] [di:p] [fæt] , [ɔ:(r)] [ɪf] ['prɪfɜ:d] , [ɪn][ə; eɪ] ['skɪlɪt] [ɪn] ['ʃæləʊ] [fæt] .
Fry the corn fritters in deep fat , or if preferred , in a skillet in shallow fat .
炒 这 玉米 油炸饼 在 深的 胖的 , 或者 如果 首选 , 在 一个 煎锅 在 浅的 胖的 .

将玉米饼放入大油中炸，或者如果喜欢，也可以用平底锅少量油煎。

[ɪn][ˈaɪðə(r)] [keɪs] , [drɒp][ðə; ði][ˈmɪkstʃə(r)][baɪ] [ˈspuːnful] [ˈɪntuː][ðə; ði][fæt][ænd; ənd][fraɪ][ˈrɑːðə(r)] [ˈsləʊli] .
In either case , drop the mixture by spoonfuls into the fat and fry rather slowly .
在 任何一个 案件 , 降低 这 混合物 经过 一勺 进入 这 胖的 和 炒 相当 缓慢地 .

无论哪种情况，都将混合物一勺一勺地放入油脂中，慢慢煎炸。

[ðə; ði] [ˈfɹɪtəz] [niːd] [taɪm][tuː; tə] [kʊk] [θruː] [tuː; tə][ðə; ði][ˈsentə(r)][brɪfɔː(r)][ðə; ði][,aʊtˈsaɪd] [brɪˈkʌmz]
The fritters need time to cook through to the center before the outside becomes
这 油炸饼 需要 时间 到 厨师 通过 到 这 中心 前 这 外部 变成
[tuː] [braʊn] .
too brown .
也 棕色的 .

油炸饼需要时间让中心完全熟透，才能避免外皮变成棕色。

[dreɪn][ðə; ði] [ˈfɹɪtəz] [ʌn][əbˈzɔːbənt; əbˈsɔːbənt][ˈpeɪpə(r)][ænd; ənd] [sɜːv] [hɒt] .
Drain the fritters on absorbent paper and serve hot .
流走 这 油炸饼 在 吸收剂 纸 和 服务 热的 .

将油炸饼放在吸油纸上沥干油，趁热食用。

[ˈskæləpt; ˈskɒləpt] [ˈʌnjənz] [ænd; ənd] [ˈpiːnʌts]
Scalloped Onions and Peanuts
扇贝状的 洋葱 和 花生

扇贝洋葱和花生

[saɪks] [ˈmiːdiəm] - [saɪzd] [ˈʌnjənz] .
6 medium - sized onions .
6 中等的 - 尺寸 洋葱 .

6个中等大小的洋葱。

½ [kʌp] [ˈpiːnʌts] , [graʊnd] .
½ cup peanuts , ground .
½ 杯子 花生 , 地面 .

半杯花生碎。

[wʌn][kʌp] [θɪn] [waɪt] [sɔːs] , [meɪd] [wɪð] [wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈflaʊə(r)] , [wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈbʌtə(r)] ,
1 cup thin white sauce , made with 1 tablespoon flour , 1 tablespoon butter ,
1 杯子 薄的 白色的 酱 , 制成 和 1 汤匙 面粉 , 1 汤匙 黄油 ,
[ænd; ənd][wʌn][kʌp] [mɪlk] .
and 1 cup milk .
和 1 杯子 牛奶 .

1 杯稀白酱，由 1 汤匙面粉、1 汤匙黄油和 1 杯牛奶制成。

[kʊk] [ðə; ði] [skɪnd] [ˈʌnjənz] [ɪn] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)][ʌnˈtɪl][ˈtendə(r)] .
Cook the skinned onions in boiling water until tender .
厨师 这 去皮 洋葱 在 沸腾 水 直到 投标 .

将去皮的洋葱放入沸水中煮至软烂。

[dreɪn][ænd; ənd][slaɪs] [wɪð] [ə; eɪ] [ʃɑːp] [naɪf] .
Drain and slice with a sharp knife .
流走 和 片 和 一个 锋利的 刀 .

沥干水分，用锋利的刀切片。

[pleɪs] [ðə; ði] [ˈʌnjənz] [ɪn] [ˈleɪəz] [ɪn][ə; eɪ] [ɡriːzd] [ˈbeɪkɪŋ] [dɪʃ] ,
Place the onions in layers in a greased baking dish ,
地方 这 洋葱 在 层 在 一个 涂油 烘烤 盘子 ,

将洋葱分层放入抹了油的烤盘中，

[ˈkʌvə(r)] [iːtɪ] [ˈleɪə(r)] [wɪð] [ðə; ði] [kriːm] [sɔːs] [ænd; ənd][ðə; ði] [ˈpiːnʌts] , [ænd; ənd] [kənˈtɪnjuː] [ʌnˈtɪl] [ɔːl]
cover each layer with the cream sauce and the peanuts , and continue until all
覆盖 每个 层 和 这 奶油 酱 和 这 花生 , 和 继续 直到 全部
[ɪnˈɡriːdiənts] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] .
ingredients are used .
原料 是 用过的 .

在每一层食材上都涂上奶油酱和花生，重复此步骤直至所有食材用完。

[ˈkʌvə(r)][ðə; ði][tɒp] [wið] [ˈbʌtəd] [krʌmz] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [ˈmɒdərət] [ˈʌv(ə)n] (350°F .)
Cover the top with buttered crumbs and bake in a moderate oven (350°F .)
覆盖 这 顶部 和 涂黄油的 面包屑 和 烤 在 一个 缓和 烤箱 (350°F .)
在顶部撒上黄油面包屑，放入中等温度（350°F）的烤箱烘烤。

[ʌnˈtɪl][ˈɡəʊldən] [braʊn] .
until golden brown .
直到 金的 棕色的 .
直至呈金黄色。

[sɜːv] [frɒm; frəm][ðə; ði] [ˈbeɪkɪŋ] [dɪ] .
Serve from the baking dish .
服务 从 这 烘烤 盘子 .
从烤盘中盛出即可食用。

[frʊːts]
Fruits
水果
水果

[fraɪd] [ˈæplz] [ænd; ənd][ˈbeɪkən]
Fried Apples and Bacon
油煎 苹果 和 熏肉
炸苹果和培根

[sɪˈlekt] [əˈbaʊt][sɪks] [ɡʊd] [tɑːt] [ˈæplz] .
Select about six good tart apples .
选择 关于 六 好的 酸 苹果 .
挑选大约六个品质上乘的酸苹果。

[piːl] [ðəm; ðəm] .
Peel them .
果皮 他们 .
剥掉它们。

[kʌt] [ðəm; ðəm][ɪn][wʌn] - [ɪntʃ] [kjuːbz] .
Cut them in 1 - inch cubes .
切 他们 在 1 - 英寸 立方体 .
将它们切成 1 英寸的立方体。

[fraɪ][ðə; ði][ˈbeɪkən][ɪn][ə; eɪ] [ˈhevi] [ˈskɪlɪt] .
Fry the bacon in a heavy skillet .
炒 这 熏肉 在 一个 重的 煎锅 .
用厚底煎锅煎培根。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði][ˈslaɪsɪz][ɒv; əv][ˈbeɪkən][ɑː(r); ə(r)][krɪsp] ,
As soon as the slices of bacon are crisp ,
作为 很快 作为 这 切片 的 熏肉 是 脆 ,
培根片煎至酥脆后，

[rɪˈmuːv] [ænd; ənd][dreɪn][ðəm; ðəm][ɒn] [kliːn] [braʊn] [ˈpeɪpə(r)][ænd; ənd] [kiːp] [ɪn][ə; eɪ] [wɔːm] [pleɪs] .
remove and drain them on clean brown paper and keep in a warm place .
消除 和 流走 他们 在 干净的 棕色的 纸 和 保持 在 一个 温暖的 地方 .
将它们取出，放在干净的牛皮纸上沥干水分，然后放在温暖的地方保存。

[liːv] [əˈbaʊt][wʌn] - [fɔːθ] [kʌp][ˈbeɪkən][fæt][ɪn][ðə; ði] [ˈskɪlɪt] [ænd; ənd] [fɪl] [ˌaɪ ˈtiː] [wið] [ˈæplz] .
Leave about one - fourth cup bacon fat in the skillet and fill it with apples .
离开 关于 一 - 第四 杯子 熏肉 胖的 在 这 煎锅 和 充满 它 和 苹果 .
在煎锅里留下大约四分之一杯培根油，然后放入苹果。

[ˈsprɪŋk(ə)l][ɒn][θriː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ɒv; əv][ˈʊɡə(r)] .
Sprinkle on 3 tablespoons of sugar .
撒 在 3 汤匙 的 糖 .
撒上3汤匙糖。

[ˈæplz] [fraɪd] [ðɪs] [wei] [rɪˈkwaɪə(r)][ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l][mɔː(r)][ˈʊɡə(r)][ðæn; ðən][ˈɔːd(ə)n(ə)ri][fraɪd] [ˈæplz] .
Apples fried this way require a little more sugar than ordinary fried apples .
苹果 油煎 这 方式 要求 一个 小的 更多的 糖 比 普通的 油煎 苹果 .

用这种方法炸的苹果需要比普通炸苹果多加一点糖。

[ˈkʌvə(r)][ðə; ði] [ˈæplz] .
Cover the apples .
覆盖 这 苹果 .

盖住苹果。

[kʊk] [ˈsləʊli] [ʌnˈtɪl][ˈtendə(r)] .
Cook slowly until tender .
厨师 缓慢地 直到 投标 .

小火慢煮至软烂。

[ðen] [rɪˈmuːv] [ðə; ði][ˈkʌvə(r)][ænd; ənd] [tɜːn] [ˈæplz] [ˈdʒentli] , [səʊ][ðə; ði] [ˈpiːsɪz] [wɪl] [kiːp] [ðeə(r)] [ʃeɪp]
Then remove the cover and turn apples gently , so the pieces will keep their shape .
然后 消除 这 覆盖 和 转动 苹果 轻轻地 , 所以 这 件 将要 保持 他们的 形状 .
.
.
.

然后揭开盖子，轻轻转动苹果，使苹果块保持形状。

[let] [ðem; ðəm] [braʊn] [ˈlaɪtli] .
Let them brown lightly .
让 他们 棕色的 轻轻 .

让它们稍微烤至棕色。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ðen] [ˈɔːlməʊst][trænsˈpærənt] .
They are then almost transparent .
他们 是 然后 几乎 透明的 .

它们那时几乎是透明的。

[pleɪs] [ðem; ðəm][ʌn][ə; eɪ][hɒt][ˈplætə(r)] , [ænd; ənd] [səˈraʊnd] [ðem; ðəm] [wɪð] [ðə; ði][krɪsp][ˈbeɪkən] .
Place them on a hot platter , and surround them with the crisp bacon .
地方 他们 在 一个 热的 拼盘 , 和 环绕 他们 和 这 脆 熏肉 .

[ˈsevən]
7
7

将它们放在热盘上，周围摆上酥脆的培根。7

[ˈskæləpt; ˈskɒləpt] [ˈæplz]
Scalloped Apples
扇贝状的 苹果

扇贝苹果

[peə(r)] , [kɔː(r)] , [ænd; ənd][slaɪs] [tɑːt] [ˈæplz] ,
Pare , core , and slice tart apples ,
削减 , 核 , 和 片 酸 苹果 ,

将酸苹果削皮、去核、切片。

[ˈprefrəbli] [ðəʊz] [ʌv; əv][ə; eɪ][kaɪnd] [ðæt] [wɪl] [həʊld][ðeə(r)] [ʃeɪp] [wen] [kʊkt] .
preferably those of a kind that will hold their shape when cooked .
最好 那些 的 一个 种类 那 将要 抓住 他们的 形状 什么时候 煮熟 .

最好选择那种煮熟后能保持形状的食材。

[pleɪs] [ə; eɪ][ˈleɪə(r)][ʌv; əv][ðə; ði] [slaɪst] [ˈæplz] [ɪn][ə; eɪ] [ˈbeɪkɪŋ] [dɪʃ] , [ˈsprɪŋk(ə)l] [wɪð] [ˈʊɡə(r)] ,
Place a layer of the sliced apples in a baking dish , sprinkle with sugar ,
地方 一个 层 的 这 切片 苹果 在 一个 烘烤 盘子 , 撒 和 糖 ,

在烤盘中铺一层苹果片，撒上糖，

[dɒt] [wɪð] ['bʌtə(r)] , [ɔ:(r)][pɔ:(r)][bʌn][ə; eɪ]['lɪt(ə)] ['meltɪd] ['bʌtə(r)] .
dot with butter , or pour on a little melted butter .
点 和 黄油 , 或者 倒 在 一个 小的 融化 黄油 .

点缀上黄油，或者淋上少许融化的黄油。

[pʊt][ɪn][ə'nʌðə(r)]['leɪə(r)][bʌv; əv] ['æplz] [ænd; ənd] [ki:p] [bʌn][ʌn'tɪl][ðə; ði] [dɪʃ] [ɪz] ['hi:pɪŋ] [fʊl] .
Put in another layer of apples and keep on until the dish is heaping full .
放 在 其他 层 的 苹果 和 保持 在 直到 这 盘子 是 堆积 满的 .

再铺一层苹果，继续铺，直到盘子装满为止。

[pres] [ðə; ði] ['æplz] [daʊn] [ænd; ənd][pʊt][ɪn][æz; əz] ['meni] [æz; əz]['pɒsəb(ə)] .
Press the apples down and put in as many as possible .
按 这 苹果 向下 和 放 在 作为 许多 作为 可能的 .

将苹果压实，尽可能多地放入。

['kʌvə(r)][ðə; ði] [dɪʃ] [ænd; ənd] [kʊk] [ðə; ði] ['æplz] ['sləʊli] [fɔ:(r); fə(r)][wʌn][tu:; tə] 1½ ['aʊəz] [ɪn][ə; eɪ] 300°F
Cover the dish and cook the apples slowly for 1 to 1½ hours in a 300°F
覆盖 这 盘子 和 厨师 这 苹果 缓慢地 为了 1 到 1½ 小时 在 一个 300°F
.
:
.

盖上锅盖，在 300°F 的温度下慢煮苹果 1 到 1.5 小时。

([sləʊ]) ['ʌv(ə)n] .
(slow) oven .
(慢的) 烤箱 .

(慢速) 烤箱。

[fɪfti:n] ['mɪnɪts] [brɪ'fɔ:(r)][ðə; ði] ['æplz] [ɑ:(r); ə(r)][tu:; tə][bi:; bi] [sɜ:vɪd] ,
Fifteen minutes before the apples are to be served ,
十五 分钟 前 这 苹果 是 到 是 服务 ,

苹果上桌前十五分钟，

[rɪ'mu:v] [ðə; ði]['kʌvə(r)][ænd; ənd] [sprɛd] ['bʌtəd] [brɛd] [krʌmz] ['əʊvə(r)][ðə; ði][tɒp] .
remove the cover and spread buttered bread crumbs over the top .
消除 这 覆盖 和 传播 涂黄油的 面包 面包屑 超过 这 顶部 .

揭开盖子，在上面撒上涂了黄油的面包屑。

[rɪ'tɜ:n] [tu:; tə][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ænd; ənd][let][ðə; ði] [krʌmz] [brɪ'kʌm] ['gəʊldən] [braʊn] [ænd; ənd][krɪsp] .
Return to the oven and let the crumbs become golden brown and crisp .
返回 到 这 烤箱 和 让 这 面包屑 变得 金的 棕色的 和 脆 .

放回烤箱，烤至面包屑呈金黄色酥脆即可。

[ðə; ði] ['æplz] [ðəm'selvz] [wɪl] [bi:; bi][ɪn] [həʊl] ['pi:sɪz] [ænd; ənd]['ɔ:lməʊst][træns'pærənt] .
The apples themselves will be in whole pieces and almost transparent .
这 苹果 他们自己 将要 是 在 所有的 件 和 几乎 透明的 .

苹果本身会变成完整的块状，而且几乎是透明的。

[sʌm; səm][kaɪndz] [wɪl] [bi:; bi][pɪŋk][ɪn]['kʌlə(r)] .
Some kinds will be pink in color .
一些 种类 将要 是 粉色的 在 颜色 .

有些品种是粉红色的。

['skæləpt; 'skɒləpt] ['æplz] [ɑ:(r); ə(r)] [gʊd] [sɜ:vɪd] [hɒt] [wɪð] [meɪn] [kɔ:s] [bʌv; əv]['dɪnə(r)][ɔ:(r)] ['sʌpə(r)] .
Scalloped apples are good served hot with main course of dinner or supper .
扇贝状的 苹果 是 好的 服务 热的 和 主要的 课程 的 晚餐 或者 晚餐 .

焗苹果片趁热食用，可搭配晚餐或夜宵的主菜。

['sælədz]
Salads
沙拉

沙拉

[ˈkæbɪdʒ] [ænd; ənd] [ˈkærət] [ˈsæləd]
Cabbage and Carrot Salad
卷心菜 和 胡萝卜 沙拉

卷心菜胡萝卜沙拉

[ˌjuːz] [ˈiːkwəl] [pɑːts] [ɒv; əv] [ˈɡreɪtɪd] [ˈkærəts] [ænd; ənd] [ˈfaɪnli] [ˈʃredɪd] [ˈkæbɪdʒ] .
Use equal parts of grated carrots and finely shredded cabbage .
使用 平等的 部分 的 磨碎的 胡萝卜 和 精细地 碎 卷心菜 .

将等量的胡萝卜丝和卷心菜丝混合使用。

[mɪks] [ðə; ði] [ˈkærəts] [ænd; ənd] [ˈkæbɪdʒ] [təˈɡeðə(r)] [wɪð] [ˈsæləd] [ˈdresɪŋ] [ʌnˈtɪl] [wel] [ˈblendɪd] .
Mix the carrots and cabbage together with salad dressing until well blended .
混合 这 胡萝卜 和 卷心菜 一起 和 沙拉 敷料 直到 出色地 混合 .

将胡萝卜和卷心菜与沙拉酱混合均匀。

[sɜːv] [ɒn] [krɪsp] [ˈletɪs] .
Serve on crisp lettuce .
服务 在 脆 莴苣 .

盛在爽脆的生菜上。

[stʌft] [ˈseləri]
Stuffed Celery
填充 芹菜

酿芹菜

[kʌt] [ðə; ði] [ˈseləri] [ˈɪntuː] [ˈpiːsɪz] [kənˈviːniənt] [fɔː(r); fə(r)] [ˈhændlɪŋ] .
Cut the celery into pieces convenient for handling .
切 这 芹菜 进入 件 方便的 为了 处理 .

将芹菜切成便于处理的段。

[fɪl] [ðə; ði] [ˈhɒləʊ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˈseləri] [stɔːks] [wɪð] [kriːm] [tʃiːz] [mɪkst] [wɪð] [tʃɒpt] [ˌpɪmɪˈentəʊ] ,
Fill the hollow of the celery stalks with cream cheese mixed with chopped pimiento ,
充满 这 空洞的 的 这 芹菜 茎 和 奶油 奶酪 混合 和 切碎 辣椒 ,

将拌有切碎甜椒的奶油奶酪填入芹菜茎的空心部分，

[ɡriːn] [ˈpepə(r)] , [ænd; ənd] [tʃɒpt] [nʌts] .
green pepper , and chopped nuts .
绿色的 胡椒 , 和 切碎 坚果 .

青椒和碎坚果。

[sɜːv] [ɒn] [ðə; ði] [pleɪt] [wɪð] [əˈnʌðə(r)] [ˈsæləd] [ɔː(r)] [æz; əz] [ə; eɪ] [ˈreɪlɪ] .
Serve on the plate with another salad or as a relish .
服务 在 这 盘子 和 其他 沙拉 或者 作为 一个 尽情享受 .

可以和另一份沙拉一起盛在盘子里，也可以作为配菜。

[pəˈteɪtəʊ] [ˈsæləd]
Potato Salad
土豆 沙拉

土豆沙拉

[fɔːr] [ˈmiːdiəm] - [saɪzd] [pəˈteɪtəʊz] .
4 medium - sized potatoes .
4 中等的 - 尺寸 土豆 .

4个中等大小的土豆。

[wʌn] [kʌp] [ˈfaɪnli] [kʌt] [ˈseləri] .
1 cup finely cut celery .
1 杯子 精细地 切 芹菜 .

1 杯切碎的芹菜。

1½ [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
1½ teaspoons salt .
1½ 茶匙 盐 .

1.5茶匙盐。

[wʌŋ] ['ti:spu:n] ['greɪtɪd] ['ʌŋjən] [ɔ:(r)] [mɔ:(r)] .
1 teaspoon grated onion or more .
1 茶匙 磨碎的 洋葱 或者 更多的 .

1茶匙或更多磨碎的洋葱。

¼ [kʌp] [tʃɒpt] ['pɪkl] .
¼ cup chopped pickle .
¼ 杯子 切碎 泡菜 .

¼ 杯切碎的酸黄瓜。

[wʌŋ] [kʌp] ['sæləd] ['dresɪŋ] .
1 cup salad dressing .
1 杯子 沙拉 敷料 .

1 杯沙拉酱。

[kʊk] [ðə; ði] [pə'teɪtəʊz] [ɪn] [ðəə(r)] ['dʒækɪts] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔ:ltɪd] ['wɔ:tə(r)] .
Cook the potatoes in their jackets in boiling salted water .
厨师 这 土豆 在 他们的 夹克 在 沸腾 咸的 水 .

将土豆连皮放入沸腾的盐水中煮熟。

[æz; əz] [su:n] [æz; əz] [ðə; ði] [pə'teɪtəʊz] [ɑ:(r); ə(r)] ['tendə(r)] , [bʌt; bət] [nɒt] [sɒft] , [dreɪn] [ðem; ðəm] [ænd; ənd]
As soon as the potatoes are tender , but not soft , drain them and
作为 很快 作为 这 土豆 是 投标 , 但 不是 柔软的 , 流走 他们 和
[rɪ'mu:v] [ðə; ði] [skɪnz] .
remove the skins .
消除 这 皮肤 .

土豆煮至变软但未完全煮烂后，沥干水分并去皮。

[wen] [ðeɪ] [ɑ:(r); ə(r)] [kəʊld] , [kʌt] [ðə; ði] [pə'teɪtəʊz] [ɪn] [smɔ:l] ['ju:nɪfɔ:m] [kju:bz] .
When they are cold , cut the potatoes in small uniform cubes .
什么时候 他们 是 寒冷的 , 切 这 土豆 在 小的 制服 立方体 .

土豆冷却后，切成大小均匀的小方块。

[eɪ di: 'di:] [ðə; ði] ['seləri] , ['ʌŋjən] , ['pɪkl] , [sɔ:lt] , [ænd; ənd] ['sæləd] ['dresɪŋ] .
Add the celery , onion , pickle , salt , and salad dressing .
添加 这 芹菜 , 洋葱 , 泡菜 , 盐 , 和 沙拉 敷料 .

加入芹菜、洋葱、酸黄瓜、盐和沙拉酱。

[mɪks] [tə'geðə(r)] ['laɪtli] [tu:; tə] [ə'vɔɪd] ['breɪkɪŋ] [ðə; ði] [pə'teɪtəʊz] [ænd; ənd] ['meɪkɪŋ] [ðem; ðəm] ['mʌʃi] .
Mix together lightly to avoid breaking the potatoes and making them mushy .
混合 一起 轻轻 到 避免 打破 这 土豆 和 制作 他们 糊状 .

轻轻搅拌，以免土豆弄碎或煮成糊状。

[tʃɪl] ['θʌrəli] [ænd; ənd] [sɜ:v] [ɒn] [krɪsp] ['letɪs] [li:vz] . [eɪt]
Chill thoroughly and serve on crisp lettuce leaves . **8**
寒意 彻底 和 服务 在 脆 莴苣 树叶 . 8

彻底冷却后，盛在爽脆的生菜叶上即可食用。

[tə'mɑ:təʊ] ['æspɪk] ['sæləd]
Tomato Aspic Salad
番茄 肉冻 沙拉

番茄冻沙拉

[tu:'tu:] ['envələʊps; 'ɑ:nvələʊps] ['dʒelətɪn] .
2 envelopes gelatin .
2 信封 明胶 .

包明胶。

[wʌŋ] [kwɔ:t] [kænd] [tə'mɑ:təʊz] .
1 quart canned tomatoes .
1 夸脱 罐装 西红柿 .

1夸脱罐装番茄。

[wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] [ɡriːn] [ˈpepə(r)] .
1 tablespoon finely chopped green pepper .
1 汤匙 精细地 切碎 绿色的 胡椒 .

1汤匙切碎的青椒。

[tuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] [ˈseləri] .
2 tablespoons finely chopped celery .
2 汤匙 精细地 切碎 芹菜 .

2汤匙切碎的芹菜。

[wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] [ˈpɑːsli] .
1 tablespoon finely chopped parsley .
1 汤匙 精细地 切碎 香菜 .

1汤匙切碎的欧芹。

[wʌn][kʌp] [ˈveri] [ˈfaɪnli] [ˈʃredɪd] [ˈkæbɪdʒ] .
1 cup very finely shredded cabbage .
1 杯子 非常 精细地 碎 卷心菜 .

1 杯切成极细丝的卷心菜。

1½ [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
1½ teaspoons salt .
1½ 茶匙 盐 .

1.5茶匙盐。

½ [ˈtiːspuːn] [ˈʌnjən][dʒuːs] .
½ teaspoon onion juice .
½ 茶匙 洋葱 汁 .

½茶匙洋葱汁。

½ [ˈtiːspuːn] [ˈʃʊɡə(r)] .
½ teaspoon sugar .
½ 茶匙 糖 .

半茶匙糖。

[səʊk] [ðə; ði][ˈdʒelətɪn][ɪn][ə; eɪ] [smɔːl] [ˈkwɒntəti] [ɒv; əv][ˈwɔːtə(r)] .
Soak the gelatin in a small quantity of water .
浸泡 这 明胶 在 一个 小的 数量 的 水 .

将明胶浸泡在少量水中。

[bɔɪl] [ðə; ði][təˈmɑːtəʊz][fɔː(r); fə(r)][faɪv] [ˈmɪnɪts] [ænd; ənd][streɪn] [θruː] [ə; eɪ][faɪn] [sɪv] [tuː; tə]
Boil the tomatoes for 5 minutes and strain through a fine sieve to

熬 这 西红柿 为了 5 分钟 和 拉紧 通过 一个 美好的 筛 到

[rɪˈmuːv] [ðə; ði] [siːdz] .
remove the seeds .
消除 这 种子 .

将番茄煮5分钟，然后用细筛过滤去除籽。

[pɔː(r)][ðə; ði][hɒt][təˈmɑːtəʊ][dʒuːs][ˈəʊvə(r)][ðə; ði][ˈdʒelətɪn][ænd; ənd][stɜː(r)][ʌnˈtɪl][aɪ ˈtiː][ɪz] [dɪˈzɒlvd] .
Pour the hot tomato juice over the gelatin and stir until it is dissolved .
倒 这 热的 番茄 汁 超过 这 明胶 和 搅拌 直到 它 是 溶解 .

将热番茄汁倒入明胶中，搅拌至明胶完全溶解。

[eɪ diː ˈdiː][ðə; ði][sɔːlt] , [ˈʌnjən][dʒuːs] , [ænd; ənd][ðə; ði][ˈʃʊɡə(r)][ænd; ənd] [tʃɪl] .
Add the salt , onion juice , and the sugar and chill .
添加 这 盐 , 洋葱 汁 , 和 这 糖 和 寒意 .

加入盐、洋葱汁和糖，然后冷藏。

[wen] [ðə; ði][ˈdʒelətɪn][ˈmɪkstʃə(r)][ɪz] [ˈpɑːtli] [set] , [ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði] [ˈfaɪnli] [ˈredɪd] [ˈvedʒtəb(ə)lɪz][ænd; ənd]
When the gelatin mixture is partly set , add the finely shredded vegetables and
什么时候 这 明胶 混合物 是 部分 放 , 添加 这 精细地 碎 蔬菜 和
[mɪks] [wel] .
mix well .
混合 出色地 .

当明胶混合物部分凝固时，加入切碎的蔬菜并搅拌均匀。

[ˌeɪ diː ˈdiː][mɔː(r)][sɔːlt] [ɪf] [ˈniːdɪd] .
Add more salt if needed .
添加 更多的 盐 如果 需要 .

如果需要，可以再加些盐。

[pɔː(r)][ˈɪntuː][wet] [ˈkʌstəd] [kʌps] [ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn][ðə; ði][kəʊld][ʌnˈtɪl] [set] .
Pour into wet custard cups and place in the cold until set .
倒 进入 湿的 蛋奶冻 杯子 和 地方 在 这 寒冷的 直到 放 .

将蛋奶糊倒入湿润的蛋奶糊杯中，放入冰箱冷藏至凝固。

[tɜːn] [ðɪːz] [məʊldz][aʊt][pɒn][krɪsp] [ˈletɪs] [liːvz] [ænd; ənd] [sɜːv] [wɪð] [ˌmeɪəˈneɪz] .
Turn these molds out on crisp lettuce leaves and serve with mayonnaise .
转动 这些 模具 出去 在 脆 莴苣 树叶 和 服务 和 蛋黄酱 .

将这些模具倒扣在爽脆的生菜叶上，佐以蛋黄酱即可食用。

[bredz]
Breads
面包

面包

[ˈbɒstən] [braʊn] [bred]
Boston Brown Bread
波士顿 棕色的 面包

波士顿棕面包

[wʌn][kʌp] [kɔːn] [miːl] .
1 cup corn meal .
1 杯子 玉米 一顿饭 .

杯玉米粉。

[wʌn][kʌp] [raɪ] [miːl] .
1 cup rye meal .
1 杯子 黑麦 一顿饭 .

1 杯黑麦粉。

[wʌn][kʌp] [həʊl] [wiːt] [ˈflaʊə(r)] .
1 cup whole wheat flour .
1 杯子 所有的 小麦 面粉 .

1 杯全麦面粉。

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
1 teaspoon salt .
1 茶匙 盐 .

1茶匙盐。

³/₄ [kʌp] [məˈlæsɪz] .
³/₄ cup molasses .
³/₄ 杯子 糖蜜 .

³/₄ 杯糖蜜。

[ˌtuːˈtuː][kʌps][ˈsaʊə(r)][mɪlk][ænd; ənd] 1½ [ˈtiːspuːn] [ˈsəʊdə] ,
2 cups sour milk and 1½ teaspoons soda ,
2 杯子 酸的 牛奶 和 1½ 茶匙 苏打 ,

2 杯酸奶和 1.5 茶匙苏打水，

[ɔ:(r)] 1¾ [kʌps] [swi:t] [mɪlk][ænd; ənd][fɔ:(r)] ['ti:spu:n] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] .
or 1¾ cups sweet milk and 4 teaspoons baking powder .
或者 1¾ 杯子 甜的 牛奶 和 4 茶匙 烘烤 粉末 .
或者 1¾ 杯甜牛奶和 4 茶匙泡打粉。

[mɪks][ænd; ənd][sɪft][ðə; ði][draɪ] [ɪn'gri:diənts] ; [eɪ di: 'di:][ðə; ði] [mə'læsɪz] [ænd; ənd][ðə; ði][mɪlk] .
Mix and sift the dry ingredients ; add the molasses and the milk .
混合 和 筛 这 干燥 原料 ; 添加 这 糖蜜 和 这 牛奶 .
将干料混合过筛；加入糖蜜和牛奶。

[bi:t] [ðə; ði]['mɪkstə(r)] ['θʌrəli] .
Beat the mixture thoroughly .
打 这 混合物 彻底 .
将混合物充分搅拌均匀。

[pɔ:(r)][ðə; ði]['bætə(r)][ɪntu:][ə; eɪ] [gri:zd] [tɪn][kæn; kən][ɔ:(r)][məʊld][ʌn'tɪ][,aɪ 'ti:][ɪz][ə'baʊt] [θri:] -
Pour the batter into a greased tin can or mold until it is about three -
倒 这 连击 进入 一个 涂油 锡 能 或者 模具 直到 它 是 关于 三 -
[fɔ:θ] [fʊl] .
fourths full .
第四部分 满的 .
将面糊倒入抹了油的锡罐或模具中，直到装到大约四分之三满。

['kʌvə(r)] , [ænd; ənd] [sti:m] [fɔ:(r); fə(r)] 3½ ['aʊəz] .
Cover , and steam for 3½ hours .
覆盖 , 和 蒸汽 为了 3½ 小时 .
盖上盖子，蒸3个半小时。

[rɪ'mu:v] [ðə; ði]['kʌvə(r)] ,
Remove the cover ,
消除 这 覆盖 ,
取下盖子，

[ænd; ənd] [beɪk] [ðə; ði] [bred] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n][fɔ:(r); fə(r)] ½ ['aʊə(r)][tu:; tə][draɪ][,aɪ 'ti:] [ɒf] .
and bake the bread in a moderate oven for ½ hour to dry it off .
和 烤 这 面包 在 一个 缓和 烤箱 为了 ½ 小时 到 干燥 它 离开 .
将面包放入中等温度的烤箱中烘烤半小时，使其变干。

[ɪf] [ðə; ði] [bred] [si:m] ['laɪkli] [tu:; tə]['krʌmb(ə)] ,
If the bread seems likely to crumble ,
如果 这 面包 似乎 可能 到 崩溃 ,
如果面包看起来容易碎裂，

[lu:p] [ə; eɪ] [kli:n] [strɪŋ] [ə'raʊnd][ðə; ði][ləʊf][ænd; ənd][kʌt]['slaɪsɪz][baɪ] ['pʊlɪŋ] [ðə; ði][endz][ɒv; əv][ðə; ði]
loop a clean string around the loaf and cut slices by pulling the ends of the
环形 一个 干净的 细绳 大约 这 面包 和 切 切片 经过 拉 这 结束 的 这
[strɪŋ] .
string .
细绳 .
用干净的绳子绕面包一圈，拉动绳子的两端即可切出面包片。

[tʃi:z] [strɔ:z]
Cheese Straws
奶酪 吸管
奶酪条

[wʌŋ][kʌp]['flaʊə(r)] .
1 cup flour .
1 杯子 面粉 .
杯面粉。

$\frac{1}{2}$ [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
 $\frac{1}{2}$ **teaspoon salt** .
 $\frac{1}{2}$ 茶匙 盐 .

$\frac{1}{2}$ 茶匙盐。

$\frac{1}{4}$ [kʌp][fæt] .
 $\frac{1}{4}$ **cup fat** .
 $\frac{1}{4}$ 杯子 胖的 .

$\frac{1}{4}$ 杯脂肪。

[wʌn][kʌp][ˈɡreɪtɪd] [tʃiːz] .
1 cup grated cheese .
1 杯子 磨碎的 奶酪 .

1 杯磨碎的奶酪。

- / - [ˈtiːspuːn] [keɪˈen] .
1 / 16 teaspoon cayenne .
- / - 茶匙 辣椒 .

1/1/4茶匙辣椒粉。

[θriː] [ˈteɪbəl,spuːnz] [ˈwɔːtə(r)] .
3 tablespoons water .
3 汤匙 水 .

3汤匙水。

[kʌt] [ðə; ði][ˈflaʊə(r)] , [sɔːlt] , [keɪˈen] , [fæt] ,
Cut the flour , salt , cayenne , fat ,
切 这 面粉 , 盐 , 辣椒 , 胖的 ,

减少面粉、盐、辣椒粉和油脂的用量。

[ænd; ɐnd][wʌn] - [hɑːf][pʊ; əv][ðə; ði] [tʃiːz] [təˈgeðə(r)] [wɪð] [ə; eɪ] [ˈbɪskɪt] [ˈkʌtə(r)] [ʌnˈtɪl][ðə; ði] [mæs] [ɪz]
and one - half of the cheese together with a biscuit cutter until the mass is
和 一 - 一半 的 这 奶酪 一起 和 一个 饼干 刀具 直到 这 大量的 是

[wel] [ˈblendɪd] .
well blended .
出色地 混合 .

将一半奶酪与饼干模具一起搅拌，直到混合物充分混合。

[,eɪ diː ˈdiː][ðə; ði][ˈwɔːtə(r)][ænd; ɐnd][mɪks] [wel] .
Add the water and mix well .
添加 这 水 和 混合 出色地 .

加水并搅拌均匀。

[tɒs] [pʌn][ə; eɪ] [ˈslaɪtli] [ˈflaʊəd] [bɔːd] [ænd; ɐnd][rəʊl][tuːˈtuː][ɔː(r)][θriː] [taɪmz] [ʌnˈtɪl][ðə; ði] [dəʊ] [ɪz]
Toss on a slightly floured board and roll 2 or 3 times until the dough is
折腾 在 一个 轻微地 撒了面粉 木板 和 卷 2 或者 3 时代 直到 这 面团 是
[smuːð] .
smooth .
光滑的 .

将面团放在撒了少许面粉的案板上，擀2到3次，直到面团光滑。

[ˈsprɪŋk(ə)] [pʌn][wʌn][hɑːf][pʊ; əv][ðə; ði][rɪˈmeɪndə(r)][pʊ; əv][ðə; ði] [tʃiːz] [ænd; ɐnd][rəʊl] [əˈɡen] .
Sprinkle on one half of the remainder of the cheese and roll again .
撒 在 一 一半 的 这 余 的 这 奶酪 和 卷 再次 .

撒上剩余奶酪的一半，再卷起来。

[rɪˈpiːt] [ðɪs] [ʌnˈtɪl] [ɔːl][ðə; ði] [tʃiːz] [ɪz] [juːst] .
Repeat this until all the cheese is used .
重复 这 直到 全部 这 奶酪 是 用过的 .

重复此步骤直至所有奶酪用完。

[rəʊl][ðə; ði][mæs][aʊt][ʌn'tɪl][ə'baʊt] ¼ [ɪnt] [θɪk] .
Roll the mass out until about ¼ inch thick .
卷 这 大量的 出去 直到 关于 ¼ 英寸 厚的 .

将面团擀至约 ¼ 英寸厚。

[kʌt][ɪn][strips] ½ [ɪnt] [waɪd][ænd; ənd][sɪks] ['ɪntʃɪz] [lɒŋ] .
Cut in strips ½ inch wide and 6 inches long .
切 在 条状物 ½ 英寸 宽的 和 6 英寸 长的 .

切成 ½ 英寸宽、6 英寸长的条状。

[pleɪs][ðə; ði][strips][ɒn][ə; eɪ]['beɪkɪŋ] [ʃi:t] [ænd; ənd][beɪk][ʌn'tɪl][ə; eɪ]['delɪkət] [braʊn] ,
Place the strips on a baking sheet and bake until a delicate brown ,
地方 这 条状物 在 一个 烘烤 床单 和 烤 直到 一个 精美的 棕色的 ,

将面条放在烤盘上，烘烤至呈浅棕色。

[ɪn][ə; eɪ][hɒt]['ʌv(ə)n] , [ə'baʊt] 400°F . [naɪn]
in a hot oven , about 400°F . 9
在 一个 热的 烤箱 , 关于 400°F . 9

在约400华氏度的热烤箱中烘烤。9

[ˈwɒfəlɪz]
Waffles
华夫饼

华夫饼

1½ [kʌps][mɪlk] .
1½ cups milk .
1½ 杯子 牛奶 .

1.5 杯牛奶。

[tu:'tu:] [kʌps] ['sɪftɪd] [keɪk] ['flaʊə(r)] .
2 cups sifted cake flour .
2 杯子 筛过的 蛋糕 面粉 .

2 杯过筛蛋糕粉。

[θri:] ['teɪbəl,spu:nz] [fæt] .
3 tablespoons fat .
3 汤匙 胖的 .

3汤匙脂肪。

[tu:'tu:] [egz] .
2 eggs .
2 鸡蛋 .

2个鸡蛋。

[θri:] ['ti:spu:n] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] .
3 teaspoons baking powder .
3 茶匙 烘烤 粉末 .

3茶匙泡打粉。

1½ ['teɪbəl,spu:nz] ['ʃʊɡə(r)] .
1½ tablespoons sugar .
1½ 汤匙 糖 .

1.5汤匙糖。

¾ ['ti:spu:n] [sɔ:lt] .
¾ teaspoon salt .
¾ 茶匙 盐 .

¾茶匙盐。

[mɪks][ðə; ði][draɪ] [ɪn'ɡri:diənts] , [,eɪ di: 'di:][ðə; ði][mɪlk][ænd; ənd] [eg] [jəʊk] , [ðen] [ðə; ði] ['meltɪd] [fæt] ,
Mix the dry ingredients , add the milk and egg yolks , then the melted fat ,
混合 这 干燥 原料 , 添加 这 牛奶 和 蛋 蛋黄 , 然后 这 融化 胖的 ,

将干料混合，加入牛奶和蛋黄，然后加入融化的油脂。

[ænd; ənd][ˈlɑːstli][fəʊld][ɪn][ðə; ði]ˈbi:t(ə)n] ˈwaɪts] [ɒv; əv] [egz] .
and lastly fold in the beaten whites of eggs .
和 最后 折叠 在 这 被打败 白人 的 鸡蛋 .
最后拌入打发的蛋白。

[hæv; həv][ðə; ði] ˈwɒfl] ˈaɪən][hɒt] ˈɪnʌf] [tuː; tə] [braʊn] [ðə; ði] ˈwɒfl] ˈkwɪkli] [ænd; ənd] [wel] ˈɡriːzd]
Have the waffle iron hot enough to brown the waffle quickly and well greased
有 这 胡扯 铁 热的 足够的 到 棕色的 这 胡扯 迅速地 和 出色地 涂油
[ənˈles] [aɪ ˈtiː][ɪz][ðə; ði] ɪˈlektɹikli] ˈhiːtɪd] [əˈluːmɪnəm; əˈluːmənəm][kaɪnd] .
unless it is the electrically heated aluminum kind .
除非 它 是 这 电气 加热 铝 种类 .
华夫饼机要足够热，以便华夫饼能快速变成金黄色，而且要涂上足够的油脂，除非是电加热的铝制华夫饼机。

[ɪn] [ðæt] [keɪs] , [eɪ diː ˈdiː][æn; ən][ˈekstrə] ˈteɪblspuːn] [ɒv; əv] ˈmeltɪd] ˈʃɔːtnɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði]ˈbætə(r)] .
In that case , add an extra tablespoon of melted shortening to the batter .
在 那 案件 , 添加 一个 额外的 汤匙 的 融化 缩短 到 这 连击 .
在这种情况下，在面糊中再加入一汤匙融化的起酥油。

[dɪˈzɜːts]
Desserts
甜点
甜点
[ˈtʃɒklət] ˈsuːfleɪ]
Chocolate Souffle
巧克力 舒芙蕾
巧克力舒芙蕾

½ [kʌp][ˈʃʊɡə(r)] .
½ cup sugar .
½ 杯子 糖 .
半杯糖。

½ [kʌp] [faɪn][draɪ] [bred] [krʌmz] .
½ cup fine dry bread crumbs .
½ 杯子 美好的 干燥 面包 面包屑 .
半杯细干面包屑。

[wʌn] ˈteɪblspuːn] ˈflaʊə(r)] .
1 tablespoon flour .
1 汤匙 面粉 .
1汤匙面粉。

[wʌn] ˈteɪblspuːn] ˈbʌtə(r)] .
1 tablespoon butter .
1 汤匙 黄油 .
1汤匙黄油。

1½ [skˈweəz] [ʌnˈswiːtnd] ˈtʃɒklət] .
1½ squares unsweetened chocolate .
1½ 正方形 无糖 巧克力 .
1.5块无糖巧克力。

½ ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
½ teaspoon salt .
½ 茶匙 盐 .
½茶匙盐。

¾ [kʌp] [mɪlk] .
¾ cup milk .
¾ 杯子 牛奶 .
¾ 杯牛奶。

[fɔːr] [egz] .
4 eggs .
4 鸡蛋 .

4个鸡蛋。

½ [ˈtiːspuːn] [vəˈnɪlə] .
½ teaspoon vanilla .
½ 茶匙 香草 .

½茶匙香草精。

[mɪks][ðə; ði][ˈflaʊə(r)][ænd; ənd][ˈbʌtə(r)] , [ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði][mɪlk] , [ænd; ənd][stɜː(r)][ˈəʊvə(r)] [hiːt] [ʌnˈtɪl]
Mix the flour and butter , add the milk , and stir over heat until
混合 这 面粉 和 黄油 , 添加 这 牛奶 , 和 搅拌 超过 热 直到
[ˈθɪkənd] .
thickened .
增稠 .

将面粉和黄油混合，加入牛奶，加热搅拌至浓稠。

[melt][ðə; ði] [ˈtʃɒklət] [ˈəʊvə(r)] [stiːm] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][tuː; tə][ðə; ði] [kriːm] [sɔːs] , [wɪð] [ðə; ði]
Melt the chocolate over steam , and add to the cream sauce , with the
融化 这 巧克力 超过 蒸汽 , 和 添加 到 这 奶油 酱 , 和 这
[sɔːlt] ,
salt ,
盐 ,

将巧克力隔水融化，然后加入奶油酱中，并加入盐。

[bred] [krʌmz] , [ˈʃʊɡə(r)] , [vəˈnɪlə] , [ænd; ənd] [wel] [ˈbiːt(ə)n] [eg] [jəʊk] .
bread crumbs , sugar , vanilla , and well beaten egg yolks .
面包 面包屑 , 糖 , 香草 , 和 出色地 被打败 蛋 蛋黄 .

面包屑、糖、香草精和打散的蛋黄。

[biːt] [wel] .
Beat well .
打 出色地 .

打得好。

[fəʊld][ɪn][ðə; ði] [wel] [ˈbiːt(ə)n] [ˈwaɪts] [ɒv; əv][ðə; ði] [egz] .
Fold in the well beaten whites of the eggs .
折叠 在 这 出色地 被打败 白人 的 这 鸡蛋 .

将打发的蛋白轻轻拌入面糊中。

[pɔː(r)][ɪntuː][ə; eɪ] [ɡriːzd] 1½ [kwɔːt] [ˈpʊdɪŋ] [dɪʃ] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [sləʊ] [ˈʌv(ə)n] (325°F .)
Pour into a greased 1½ quart pudding dish and bake in a slow oven (325°F .)
倒 进入 一个 涂油 1½ 夸脱 布丁 盘子 和 烤 在 一个 慢的 烤箱 (325°F .)

[fɔː(r); fə(r)][wʌn][ˈaʊə(r)] ,
for 1 hour ,
为了 1 小时 ,

倒入抹了油的1.5夸脱布丁盘中，放入低温烤箱（325°F）烘烤1小时。

[ɔː(r)][ʌnˈtɪl] [wel] [set][ɪn][ðə; ði][ˈmɪd(ə)l] .
or until well set in the middle .
或者 直到 出色地 放 在 这 中间 .

或者直到中间凝固为止。

[sɜːv] [hɒt] [wɪð] [ðə; ði][hɑːd] [sɔːs] ([ˈpeɪdʒ][ˈnaɪn]) .
Serve hot with the hard sauce (page 9) .
服务 热的 和 这 难的 酱 (页 9) .

趁热佐以特制酱汁（第9页）。

[hɑːd] [sɔːs]
Hard Sauce
难的 酱

硬酱

$\frac{1}{4}$ [kʌp] ['bʌtə(r)] .
 $\frac{1}{4}$ cup butter .
 $\frac{1}{4}$ 杯子 黄油 .

$\frac{1}{4}$ 杯黄油。

$\frac{3}{4}$ [kʌp] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)] .
 $\frac{3}{4}$ cup powdered sugar .
 $\frac{3}{4}$ 杯子 粉末状 糖 .

$\frac{3}{4}$ 杯糖粉。

$\frac{1}{2}$ ['ti:spu:n] [və'nɪlə] .
 $\frac{1}{2}$ teaspoon vanilla .
 $\frac{1}{2}$ 茶匙 香草 .

$\frac{1}{2}$ 茶匙香草精。

$\frac{1}{8}$ ['ti:spu:n] ['greɪtɪd] ['nʌtmeg] .
 $\frac{1}{8}$ teaspoon grated nutmeg .
 $\frac{1}{8}$ 茶匙 磨碎的 肉豆蔻 .

$\frac{1}{8}$ 茶匙磨碎的肉豆蔻。

[kri:m] [tə'geðə(r)] [ðə; ði] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] ['ʃʊgə(r)] , [eɪ di: 'di:] [ðə; ði] [və'nɪlə] [ænd; ənd] ['nʌtmeg] .
Cream together the butter and sugar , add the vanilla and nutmeg .
奶油 一起 这 黄油 和 糖 , 添加 这 香草 和 肉豆蔻 .

将黄油和糖搅打均匀，加入香草精和肉豆蔻粉。

[ðə; ði] ['si:kreɪt] [ʌv; əv] ['kri:mi] [hɑ:d] [sɔ:s] [laɪz] [ɪn] [lɒŋ] ['bi:tɪŋ] .
The secret of creamy hard sauce lies in long beating .
这 秘密 的 奶油状 难的 酱 谎言 在 长的 殴打 .

浓稠奶油酱的秘诀在于长时间搅拌。

[tʃɪl] [bɪ'fɔ:(r)] ['sɜ:vɪŋ] .
Chill before serving .
寒意 前 服务 .

冷藏后食用。

[rɒks]
Rocks
岩石

岩石

$1\frac{1}{2}$ [kʌps] [laɪt] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] .
 $1\frac{1}{2}$ cups light brown sugar .
 $1\frac{1}{2}$ 杯子 光 棕色的 糖 .

1.5 杯浅棕糖。

[wʌŋ] [kʌp] ['bʌtə(r)] .
1 cup butter .
1 杯子 黄油 .

1 杯黄油。

[θri:] [egz] , [wel] ['bi:t(ə)n] .
3 eggs , well beaten .
3 鸡蛋 , 出色地 被打败 .

3个鸡蛋，充分打散。

$\frac{1}{2}$ ['ti:spu:n] ['səʊdə] [ɪn] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)] [hɒt] ['wɔ:tə(r)] .
 $\frac{1}{2}$ teaspoon soda in a little hot water .
 $\frac{1}{2}$ 茶匙 苏打 在 一个 小的 热的 水 .

半茶匙小苏打溶于少量热水中。

[wʌŋ] ['ti:spu:n] ['sɪnəməŋ] .
1 teaspoon cinnamon .
1 茶匙 肉桂 .

1茶匙肉桂粉。

[θri:] [kʌps] ['reɪzɪnz] , [tʃɒpt] .
3 cups raisins , **chopped** .
3 杯子 葡萄干 , 切碎 .

3 杯切碎的葡萄干。

[wʌn] [kʌp] ['ɪŋɡlɪʃ] ['wɔːlnʌt] [miːts] , [tʃɒpt] .
1 cup English walnut meats , **chopped** .
1 杯子 英语 核桃 肉类 , 切碎 .

1 杯切碎的英国核桃仁。

²/₃ [kʌps] ['flaʊə(r)] .
²/₃ cups flour .
²/₃ 杯子 面粉 .

²/₃ 杯面粉。

¹/₂ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
¹/₂ teaspoon salt .
¹/₂ 茶匙 盐 .

¹/₂茶匙盐。

[kriːm] [ðə; ði] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] ['ʃʊɡə(r)] [ænd; ənd] [eɪ diː 'diː] [ðə; ði] [egz] .
Cream the butter and sugar and add the eggs .
奶油 这 黄油 和 糖 和 添加 这 鸡蛋 .

将黄油和糖搅打均匀，然后加入鸡蛋。

[sɪft] [ðə; ði] [draɪ] [ɪn'ɡriːdiənts] , [rɪ'zɜːvɪŋ] [sʌm; səm] ['flaʊə(r)] [tuː; tə] [rəʊl] [ðə; ði] ['reɪzɪnz] [ænd; ənd] [nʌts] .
Sift the dry ingredients , **reserving some flour to roll the raisins and nuts** .
筛 这 干燥 原料 , 预订 一些 面粉 到 卷 这 葡萄干 和 坚果 .

将干性材料过筛，留一些面粉用来裹葡萄干和坚果。

[mɪks] [ɔːl] [tə'geðə(r)] .
Mix all together .
混合 全部 一起 .

将所有材料混合在一起。

[pleɪs] [baɪ] ['tiːspuːn,ful] [pʌn] [ə; eɪ] [ɡriːzd] [pæn] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] [hɒt] ['ʌv(ə)n] (375°F .) . -
Place by teaspoonfuls on a greased pan and bake in a hot oven (375°F .) . 10
地方 经过 茶匙 在 一个 涂油 平底锅 和 烤 在 一个 热的 烤箱 (375°F .) . -

用茶匙将面糊舀到抹了油的烤盘上，放入预热至 375°F（190°C）的烤箱中烘烤。¹⁰

[beɪkt] ['kærəmel] ['kʌstəd]
Baked Caramel Custard
烘焙 焦糖 蛋奶冻

烤焦糖布丁

[wʌn] [kwɔːt] [mɪlk] .
1 quart milk .
1 夸脱 牛奶 .

1夸脱牛奶。

[faɪv] [egz] .
5 eggs .
5 鸡蛋 .

5个鸡蛋。

¹/₂ [kʌp] ['ʃʊɡə(r)] .
¹/₂ cup sugar .
¹/₂ 杯子 糖 .

半杯糖。

$\frac{1}{2}$ ['ti:spu:n] [və'ni:lə] .
 $\frac{1}{2}$ teaspoon vanilla .
 $\frac{1}{2}$ 茶匙 香草 .

$\frac{1}{2}$ 茶匙香草精。

$\frac{1}{4}$ [kʌp][ˈkærəmel][ˈsɪrəp] .
 $\frac{1}{4}$ cup caramel sirup .
 $\frac{1}{4}$ 杯子 焦糖 糖浆 .

$\frac{1}{4}$ 杯焦糖糖浆。

$\frac{1}{4}$ ['ti:spu:n] [sɔ:lt] .
 $\frac{1}{4}$ teaspoon salt .
 $\frac{1}{4}$ 茶匙 盐 .

$\frac{1}{4}$ 茶匙盐。

[ˈbʌtə(r)] .
Butter .
黄油 .

黄油。

[hi:t] [ðə; ði][mɪlk] [ˈslaɪtli] [wɪð] [ðə; ði][ˈʊgə(r)] , [sɔ:lt] , [ænd; ənd][ˈkærəmel][ˈsɪrəp] .
Heat the milk slightly with the sugar , salt , and caramel sirup .
热 这 牛奶 轻微地 和 这 糖 , 盐 , 和 焦糖 糖浆 .

将牛奶与糖、盐和焦糖糖浆稍微加热。

[bi:; bi][ʊə(r)][ðə; ði][ˈkærəmel][ˈsɪrəp][ɪz] [ɪn'taɪəli] [dɪ'zɒlvd] [bɪ'fɔ:(r)] [ðɪs] [ˈmɪkstʃə(r)][ɪz] [pɔ:] [ˈɪntu:][ðə; ði]
Be sure the caramel sirup is entirely dissolved before this mixture is poured into the
是 当然 这 焦糖 糖浆 是 完全 溶解 前 这 混合物 是 倾倒 进入 这
[ˈlaɪtli] [ˈbi:t(ə)n] [egz] .
lightly beaten eggs .
轻轻 被打败 鸡蛋 .

务必确保焦糖糖浆完全溶解后再将此混合物倒入轻轻打散的鸡蛋中。

[eɪ di: 'di:][ðə; ði] [və'ni:lə] .
Add the vanilla .
添加 这 香草 .

加入香草精。

[pɔ:(r)][ðə; ði][ˈmɪkstʃə(r)][ˈɪntu:] [ˈkʌstəd] [kʌps] , [ænd; ənd][eɪ di: 'di:][ə; eɪ] [smɔ:l] [pi:s] [ɒv; əv][ˈbʌtə(r)][tu:; tə]
Pour the mixture into custard cups , and add a small piece of butter to
倒 这 混合物 进入 蛋奶冻 杯子 , 和 添加 一个 小的 片 的 黄油 到
[i:tʃ] .
each .
每个 .

将混合物倒入蛋奶冻杯中，并在每个蛋奶冻杯中加入一小块黄油。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ][pæn] [sə'raʊndɪd] [baɪ][ˈwɔ:tə(r)][ɪn][ə; eɪ] [sləʊ] [ˈʌv(ə)n] (325°F .) .
Bake in a pan surrounded by water in a slow oven (325°F .) .
烤 在 一个 平底锅 包围 经过 水 在 一个 慢的 烤箱 (325°F .) .

将烤盘放入盛有水的容器中，在低温烤箱（325°F）中烘烤。

[test] [baɪ] [ˈpleɪsɪŋ] [ðə; ði] [pɔɪnt] [ɒv; əv][ə; eɪ] [naɪf] [ɪn][ðə; ði][ˈsentə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [ˈkʌstəd] [ænd; ənd] [ɪf]
Test by placing the point of a knife in the center of the custard and if
测试 经过 放置 这 观点 的 一个 刀 在 这 中心 的 这 蛋奶冻 和 如果
[aɪ 'ti:] [ˈkɒmz] [aʊt] [kli:n] [rɪ'mu:v] [ðə; ði] [kʌps] [ɒv; əv] [ˈkʌstəd] [æt; ət][wɒns][frɒm; frəm][ðə; ði][hɒt][ˈwɔ:tə(r)]
it comes out clean remove the cups of custard at once from the hot water
它 来 出去 干净的 消除 这 杯子 的 蛋奶冻 在 一次 从 这 热的 水
.
.
.

将刀尖插入蛋奶冻中心进行测试，如果刀尖取出时干净，则立即将蛋奶冻杯从热水中取出。

[ðə; ði] ['kʌstəd] [meɪ] [biː; bi] [sɜːvd] ['aɪðə(r)][hɒt][ɔː(r)][kəʊld] [wɪð] ['kærəmel]['sɪrəp] [ɪf] [mɔː(r)]['kærəmel]
The custards may be served either hot or cold with caramel sirup if more caramel
这 蛋奶冻 可能 是 服务 任何一个 热的 或者 寒冷的 和 焦糖 糖浆 如果 更多的 焦糖
['fleɪvə(r)][ɪz] [dɪ'zaɪəd] .
flavor is desired .
味道 是 想要的 .

蛋奶冻可以热食或冷食，如果想要更浓郁的焦糖味，可以搭配焦糖糖浆。

[ʃʊgə(r)][kæn; kən][biː; bi]['kærəməlaɪzd] ['iːzəli] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [,aɪ 'tiː][ɪn][ə; eɪ] ['hevi] ['skɪlɪt] ['əʊvə(r)] [sləʊ]
Sugar can be caramelized easily by placing it in a heavy skillet over slow
糖 能 是 焦糖 容易地 经过 放置 它 在 一个 重的 煎锅 超过 慢的
['iːv(ə)n] [hi:t] ,
even heat ,
甚至 热 ,

将糖放入厚底平底锅中，用小火均匀加热，即可轻松焦糖化。

[ænd; ənd] ['stɜːrɪŋ] [,aɪ 'tiː] ['kɒnstəntli] [ʌn'tɪl][,aɪ 'tiː] [melts] [ænd; ənd] [br'kʌmz] [ə; eɪ] ['hevi] [braʊn] ['sɪrəp] .
and stirring it constantly until it melts and becomes a heavy brown sirup .
和 搅拌 它 不断地 直到 它 融化 和 变成 一个 重的 棕色的 糖浆 .
并不断搅拌，直到它融化并变成浓稠的棕色糖浆。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][,aɪ 'tiː] ['riːtʃɪz] [ðɪs] [steɪdʒ] [teɪk] [,aɪ 'tiː][frɒm; frəm][ðə; ði]['faɪə(r)][æt; ət][wʌns] ,
As soon as it reaches this stage take it from the fire at once ,
作为 很快 作为 它 到达 这 阶段 拿 它 从 这 火 在 一次 ,
一旦达到这个阶段，就立即把它从火上移开。

[ænd; ənd][juːz][,aɪ 'tiː][fɔː(r); fə(r)] ['fleɪvərɪŋ] [ænd; ənd] ['swiːtənɪŋ] [ðə; ði] ['kʌstəd] .
and use it for flavoring and sweetening the custard .
和 使用 它 为了 调味 和 甜味剂 这 蛋奶冻 .
并用它来给蛋奶冻调味和增甜。

[ʔæp(ə)l] ['dʌmplɪŋz]
Apple Dumplings
苹果 饺子

苹果饺子

[rəʊl][ðə; ði]['peɪstri][ɪn][ə; eɪ] [θɪn] [ʃi:t] [ænd; ənd][kʌt][,aɪ 'tiː][ɪn] [raʊndz] .
Roll the pastry in a thin sheet and cut it in rounds .
卷 这 糕点 在 一个 薄的 床单 和 切 它 在 回合 .
将面团擀成薄片，然后切成圆形。

[pleɪs] [ə; eɪ] [həʊl] , [kɔːd] ['ʔæp(ə)l][ɪn]['sentə(r)][ɒv; əv] [iːtʃ] [raʊnd] [ɒv; əv]['peɪstri] .
Place a whole , cored apple in center of each round of pastry .
地方 一个 所有的 , 核心 苹果 在 中心 的 每个 圆形的 的 糕点 .
将一个完整的、去核的苹果放在每张酥皮的中心。

['sprɪŋk(ə)l]['ʃʊgə(r)]['əʊvə(r)][ðə; ði]['ʔæp(ə)l] , [dɒt] [wɪð] ['bʌtə(r)] ,
Sprinkle sugar over the apple , dot with butter ,
撒 糖 超过 这 苹果 , 点 和 黄油 ,
在苹果上撒上糖，点缀上黄油，

[ænd; ənd] [brɪŋ] [ðə; ði] ['edʒɪz] [ɒv; əv][ðə; ði]['peɪstri] [tə'geðə(r)]['əʊvə(r)][ðə; ði]['ʔæp(ə)l] .
and bring the edges of the pastry together over the apple .
和 带来 这 边缘 的 这 糕点 一起 超过 这 苹果 .
将酥皮边缘捏合在一起，盖住苹果。

[beɪk] [ɪn] ['mʌfɪn] [pænz] , [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdəreɪt] ['ʌv(ə)n] (350°F .)
Bake in muffin pans , in a moderate oven (350°F .)
烤 在 松饼 平底锅 , 在 一个 缓和 烤箱 (350°F .)
用松饼模具烘烤，烤箱温度保持在中等温度（350°F）。

[ʌn'tɪl] ['æp(ə)] [ɪz] ['tendə(r)] , [ə'baʊt] [wʌn] ['aʊə(r)] .
until apple is tender , about 1 hour .
直到 苹果 是 投标 , 关于 1 小时 .
直到苹果变软, 大约需要1小时。

[sɜ:v] [hɒt] [wɪð] [hɑ:d] [sɔ:s] ([perɪdʒ][naɪn]) .
Serve hot with hard sauce (page 9) .
服务 热的 和 难的 酱 (页 9) .
趁热佐以浓稠酱汁 (第 9 页)。

['saʊə(r)] [kri:m] [paɪ]
Sour Cream Pie
酸的 奶油 馅饼
酸奶油派

[wʌn][kʌp]['saʊə(r)] [kri:m] .
1 cup sour cream .
1 杯子 酸的 奶油 .
杯酸奶油。

[wʌn][kʌp]['ʊgə(r)] .
1 cup sugar .
1 杯子 糖 .
1 杯糖。

[wʌn][kʌp] ['si:dɪd] ['reɪzɪnz] , [kʌt] [faɪn] .
1 cup seeded raisins , cut fine .
1 杯子 播种 葡萄干 , 切 美好的 .
1 杯去籽葡萄干, 切碎。

[tu:'tu:] [egz] .
2 eggs .
2 鸡蛋 .
2个鸡蛋。

½ ['ti:spu:n] ['paʊdəd] ['sɪnəməŋ] .
½ teaspoon powdered cinnamon .
½ 茶匙 粉末状 肉桂 .
½茶匙肉桂粉。

½ ['ti:spu:n] ['paʊdəd] [kləʊvz] .
½ teaspoon powdered cloves .
½ 茶匙 粉末状 丁香 .
½茶匙丁香粉。

⅛ ['ti:spu:n] [sɔ:lt] .
⅛ teaspoon salt .
⅛ 茶匙 盐 .
⅛茶匙盐。

[tu:'tu:] ['teɪbəl,spu:nz] ['vɪnɪgə(r)] .
2 tablespoons vinegar .
2 汤匙 醋 .
2汤匙醋。

[bi:t] [ðə; ði] [egz] .
Beat the eggs .
打 这 鸡蛋 .
把鸡蛋打散。

[mɪks][ðə; ði][s'paɪsɪz] [wɪð] [ðə; ði]['ʊgə(r)] , [ænd; ənd][,eɪ di: 'di:][tu:; tə][ðə; ði] [egz] [wɪð] [ðə; ði]['reɪzɪnz] ,
Mix the spices with the sugar , and add to the eggs with the raisins ,
混合 这 香料 和 这 糖 , 和 添加 到 这 鸡蛋 和 这 葡萄干 ,
将香料与糖混合, 然后与葡萄干一起加入鸡蛋中。

[kri:m] , [sɔ:lt] , [ænd; ənd][ˈvɪnɪɡə(r)] .
cream , salt , and vinegar .
奶油 , 盐 , 和 醋 .

奶油、盐和醋。

[bi:t] [wel] .
Beat well .
打 出色地 .

打得好。

[pɔ:(r)][ðə; ði][ˈmɪkstə(r)][ˈɪntu:][ə; eɪ] [di:p] , [ˈpeɪstri] - [laɪnd][paɪ][pæn] .
Pour the mixture into a deep , pastry - lined pie pan .
倒 这 混合物 进入 一个 深的 , 糕点 - 衬里 馅饼 平底锅 .

将混合物倒入铺有酥皮的深馅饼盘中。

[ˈmɔɪsn] [ðə; ði][ˈaʊtə(r)][rɪm][ɒv; əv][ðə; ði][ˈpeɪstri] ,
Moisten the outer rim of the pastry ,
濡 这 外 轮缘 的 这 糕点 ,

将糕点的外缘沾湿，

[ænd; ənd] [pres] [ðə; ði][tɒp] [krʌst] [ˈəʊvə(r)][ðə; ði][ˈləʊə(r)][wʌn][tu:; tə][həʊld][ɪn][ðə; ði] [ˈkʌstəd] .
and press the top crust over the lower one to hold in the custard .
和 按 这 顶部 地壳 超过 这 降低 一 到 抓住 在 这 蛋奶冻 .

然后将上面的酥皮压在下方的酥皮上，以固定住蛋奶馅。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [ˈmɒdərət] [ˈʌv(ə)n] (350°F .) [ʌnˈtɪl][ˈgəʊldən] [braʊn] . -
Bake in a moderate oven (350°F .) until golden brown . 11
烤 在 一个 缓和 烤箱 (350°F .) 直到 金的 棕色的 . -

在温度适中的烤箱（350°F/175°C）中烘烤至金黄色。11

[dɜ:t] [ˈpʊdɪŋ]
Date Pudding
日期 布丁

枣布丁

1½ [kʌps] [ˈpɪtɪd] [dɜ:ts] .
1½ cups pitted dates .
1½ 杯子 凹坑 日期 .

1.5 杯去核枣。

½ [kʌp] [mɪlk] .
½ cup milk .
½ 杯子 牛奶 .

半杯牛奶。

[wʌn][kʌp] [tʃɒpt] [nʌts] .
1 cup chopped nuts .
1 杯子 切碎 坚果 .

1 杯切碎的坚果。

[wʌn][kʌp][ˈʃʊɡə(r)] .
1 cup sugar .
1 杯子 糖 .

1 杯糖。

[θri:] [egz] .
3 eggs .
3 鸡蛋 .

3个鸡蛋。

[wʌn][kʌp][ˈflaʊə(r)] .
1 cup flour .
1 杯子 面粉 .

1 杯面粉。

[ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəʃpuːnz] [ˈbʌtə(r)] .
2 tablespoons butter .
2 汤匙 黄油 .

2汤匙黄油。

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [vəˈnɪlə] .
1 teaspoon vanilla .
1 茶匙 香草 .

1茶匙香草精。

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)] .
1 teaspoon baking powder .
1 茶匙 烘烤 粉末 .

1茶匙泡打粉。

$\frac{1}{4}$ [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
 $\frac{1}{4}$ teaspoon salt .
 $\frac{1}{4}$ 茶匙 盐 .

$\frac{1}{4}$ 茶匙盐。

[mɪks][ðə; ði][ˈbʌtə(r)][ænd; ənd][ˈʃʊɡə(r)][ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði][ˈbiːt(ə)n] [egz] [ænd; ənd][mɪlk] .
Mix the butter and sugar and add the beaten eggs and milk .
混合 这 黄油 和 糖 和 添加 这 被打败 鸡蛋 和 牛奶 .

将黄油和糖混合，然后加入打散的鸡蛋和牛奶。

[sɪft][ðə; ði][draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] [ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][ðəm; ðəm][tuː; tə][ðə; ði][ˈlɪkwɪd][ˈmɪkstə(r)] ,
Sift the dry ingredients and add them to the liquid mixture ,
筛 这 干燥 原料 和 添加 他们 到 这 液体 混合物 ,

将干性材料过筛后加入液体混合物中。

[rɪˈzɜːvɪŋ] [ɪˈnʌf] [ˈflaʊə(r)][tuː; tə][kəʊt][ðə; ði] [deɪts] [ænd; ənd] [nʌts] .
reserving enough flour to coat the dates and nuts .
预订 足够的 面粉 到 外套 这 日期 和 坚果 .

预留足够的面粉用来裹住枣子和坚果。

[ˌeɪ diː ˈdiː][ðəm; ðəm][ænd; ənd][ðə; ði] [vəˈnɪlə] .
Add them and the vanilla .
添加 他们 和 这 香草 .

加入它们和香草精。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [ˈjæləʊ] [ɡriːzd] [pæn][ɪn][ə; eɪ] [ˈveri] [sləʊ] [ˈʌv(ə)n] (250°F .) [fɔː(r); fə(r)][wʌn][ˈaʊə(r)] -
Bake in a shallow greased pan in a very slow oven (250°F .) for 1 hour 45
烤 在 一个 浅的 涂油 平底锅 在 一个 非常 慢的 烤箱 (250°F .) 为了 1 小时 -
[ˈmɪnɪts] ,
minutes ,
分钟 ,

在涂抹了油脂的浅烤盘中，用非常低的温度（250°F）烘烤1小时45分钟。

[ʌnˈtɪl] [set][ɪn][ðə; ði][ˈsentə(r)] .
until set in the center .
直到 放 在 这 中心 .

直到固定在中心。

[kʌt] [ɪn] [skˈweəz] [ænd; ənd] [sɜːv] [wɪð] [wɪpt] [kriːm] .
Cut in squares and serve with whipped cream .
切 在 正方形 和 服务 和 鞭打 奶油 .

切成方块，配上鲜奶油食用。

[ˈpʌmpkɪn] [paɪ]
Pumpkin Pie
南瓜 馅饼

南瓜派

$1\frac{1}{2}$ [kʌps] [kʊkt] [ˈpʌmpkɪn] .
 $1\frac{1}{2}$ cups cooked pumpkin .
 $\frac{1}{2}$ 杯子 煮熟 南瓜 .

1.5 杯煮熟的南瓜。

[wʌn] [kʌp] [mɪlk] .
 $\frac{1}{1}$ cup milk .
 $\frac{1}{1}$ 杯子 牛奶 .

1 杯牛奶。

$\frac{1}{2}$ [kʌp] [ˈʃʊɡə(r)] .
 $\frac{1}{2}$ cup sugar .
 $\frac{1}{2}$ 杯子 糖 .

半杯糖。

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [ˈsɪnəmən] .
 $\frac{1}{1}$ teaspoon cinnamon .
 $\frac{1}{1}$ 茶匙 肉桂 .

1茶匙肉桂粉。

$\frac{1}{2}$ [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
 $\frac{1}{2}$ teaspoon salt .
 $\frac{1}{2}$ 茶匙 盐 .

$\frac{1}{2}$ 茶匙盐。

$\frac{1}{2}$ [ˈtiːspuːn] [ˈɔːlspaɪs] .
 $\frac{1}{2}$ teaspoon allspice .
 $\frac{1}{2}$ 茶匙 多香果 .

半茶匙五香粉。

$\frac{1}{4}$ [ˈtiːspuːn] [meɪs] .
 $\frac{1}{4}$ teaspoon mace .
 $\frac{1}{4}$ 茶匙 锤 .

$\frac{1}{4}$ 茶匙肉豆蔻皮。

[tuːˈtuː] [egz] .
 $\frac{2}{2}$ eggs .
 $\frac{2}{2}$ 鸡蛋 .

2个鸡蛋。

[wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈbʌtə(r)] .
 $\frac{1}{1}$ tablespoon butter .
 $\frac{1}{1}$ 汤匙 黄油 .

1汤匙黄油。

[pʊt] [ɔːl] [ðə; ði] [ɪnˈɡriːdiənts] , [ɪkˈsept] [ðə; ði] [egz] [ænd; ənd] [ðə; ði] [ˈbʌtə(r)] , [ɪn] [ðə; ði] [ˈdʌb(ə)] [ˈbɔɪlə(r)] .
Put all the ingredients , except the eggs and the butter , in the double boiler .
放 全部 这 原料 , 除了 这 鸡蛋 和 这 黄油 , 在 这 双倍的 锅炉 .

将除鸡蛋和黄油以外的所有食材放入双层蒸锅中。

[brɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] [ˈskɔːldɪŋ] [pɔɪnt] .
Bring to the scalding point .
带来 到 这 烫 观点 .

加热至滚烫。

[biːt] [egz] [wel] ; [stɜː(r)] [ə; eɪ] [smɔːl] [əˈmaʊnt] [pʊ; əv] [hɒt] [ˈmɪkstʃə(r)] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [egz] ;
Beat eggs well ; stir a small amount of hot mixture into the eggs ;
打 鸡蛋 出色地 ; 搅拌 一个 小的 数量 的 热的 混合物 进入 这 鸡蛋 ;

将鸡蛋打散；取少量热混合物拌入鸡蛋中；

[stɜː(r)] [eg] [ˈmɪkstʃə(r)] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [rɪˈmeɪnɪŋ] [hɒt] [ˈmɪkstʃə(r)] .
stir egg mixture into the remaining hot mixture .
搅拌 蛋 混合物 进入 这 其余的 热的 混合物 .

将蛋液倒入剩余的热混合物中。

[stɜː(r)][ʌn'tɪl][,aɪ'tiː][stɑːrts][tuː; tə] ['θɪkən] .
Stir until it starts to thicken .
搅拌 直到 它 开始 到 加厚 .

搅拌至开始变稠。

[,eɪ diː 'diː][ðə; ðɪ]['bʌtə(r)] .
Add the butter .
添加 这 黄油 .

加入黄油。

[laɪn] [ə; eɪ][paɪ][pæn] [wɪð] ['peɪstri][ænd; ənd] [beɪk] [ʌn'tɪl] [laɪt] [braʊn] .
Line a pie pan with pastry and bake until light brown .
线 一个 馅饼 平底锅 和 糕点 和 烤 直到 光 棕色的 .

在派盘里铺上酥皮，烤至浅棕色。

[pɔː(r)][ðə; ðɪ][hɒt] ['fɪlɪŋ] ['ɪntuː][ə; eɪ] [beɪkt] [krʌst] .
Pour the hot filling into a baked crust .
倒 这 热的 填充 进入 一个 烘焙 地壳 .

将热馅料倒入烤好的饼皮中。

[beɪk] [ðə; ðɪ][paɪ][ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərətli] [hɒt][ʌv(ə)n] (400°F .) [ʌn'tɪl][ðə; ðɪ] ['fɪlɪŋ] [sets] .
Bake the pie in a moderately hot oven (400°F .) until the filling sets .
烤 这 馅饼 在 一个 中等程度 热的 烤箱 (400°F .) 直到 这 填充 套 .

将馅饼放入中等温度（400°F）的烤箱中烘烤，直到馅料凝固。

['æpəl,sɔːs] [keɪk]
Applesauce Cake
苹果酱 蛋糕

苹果酱蛋糕

[wʌn][kʌp]['ʃʊɡə(r)] .
1 cup sugar .
1 杯子 糖 .

杯糖。

½ [kʌp][fæt] .
½ cup fat .
½ 杯子 胖的 .

半杯脂肪。

[wʌn][kʌp] ['æpəl,sɔːs] , [ʌn'swi:tnd] .
1 cup applesauce , unsweetened .
1 杯子 苹果酱 , 无糖 .

1 杯无糖苹果酱。

[wʌn][kʌp]['reɪzɪnz] , [tʃɒpt] .
1 cup raisins , chopped .
1 杯子 葡萄干 , 切碎 .

1 杯切碎的葡萄干。

[,tuː'tuː] ['teɪbəl,spuːnz] ['flaʊə(r)] .
2 tablespoons flour .
2 汤匙 面粉 .

2汤匙面粉。

½ ['tiːspuːn] [kləʊvz] .
½ teaspoon cloves .
½ 茶匙 丁香 .

½ 茶匙丁香。

½ ['tiːspuːn] ['sɪnəmən] .
½ teaspoon cinnamon .
½ 茶匙 肉桂 .

½茶匙肉桂粉。

$\frac{1}{4}$ [ˈtiːspuːn] [ˈnʌtmeg] .
 $\frac{1}{4}$ teaspoon nutmeg .
 $\frac{1}{4}$ 茶匙 肉豆蔻 .

$\frac{1}{4}$ 茶匙肉豆蔻粉。

$2\frac{1}{2}$ [kʌps] [ˈsɪftɪd] [keɪk] [ˈflaʊə(r)] .
 $2\frac{1}{2}$ cups sifted cake flour .
 $2\frac{1}{2}$ 杯子 筛过的 蛋糕 面粉 .

2.5 杯过筛蛋糕粉。

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [ˈsəʊdə] [mɪkst] [wɪð] [tuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ˈwɔːtə(r)] .
1 teaspoon soda mixed with 2 tablespoons water .
1 茶匙 苏打 混合 和 2 汤匙 水 .

1茶匙小苏打与2汤匙水混合。

$\frac{1}{2}$ [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
 $\frac{1}{2}$ teaspoon salt .
 $\frac{1}{2}$ 茶匙 盐 .

$\frac{1}{2}$ 茶匙盐。

[kriːm] [ðə; ði][ˈʊɡə(r)][ænd; ənd][fæt] ,
Cream the sugar and fat ,
奶油 这 糖 和 胖的 ,

将糖和脂肪搅打均匀，

[eɪ diː ˈdiː][ðə; ði] [ˈæpəlˌsɔːs] [ænd; ənd][ðə; ði][ˈsəʊdə] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] [dɪˈzɒlvd] [ɪn][ðə; ði][ˈwɔːtə(r)] .
add the applesauce and the soda which has been dissolved in the water .
添加 这 苹果酱 和 这 苏打 哪个 有 到过 溶解 在 这 水 .

加入苹果酱和已溶于水的苏打水。

[mɪks][ænd; ənd][sɪft][ðə; ði][draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] [ænd; ənd][eɪ diː ˈdiː][ðəm; ðəm] , [wɪð] [ðə; ði] [ˈflaʊəd] [ˈreɪzɪnz]
Mix and sift the dry ingredients and add them , with the floured raisins
混合 和 筛 这 干燥 原料 和 添加 他们 , 和 这 撒了面粉 葡萄干
, [tuː; tə][ðə; ði][fɜːst][ˈmɪkstə(r)] .
, **to the first mixture** .
, 到 这 第一的 混合物 .

将干性材料混合过筛，然后与裹了面粉的葡萄干一起加入到第一份混合物中。

[biːt] [wel] , [pɔː(r)][ˈɪntuː][ə; eɪ] [ɡriːzd] [pæn] ,
Beat well , pour into a greased pan ,
打 出色地 , 倒 进入 一个 涂油 平底锅 ,

充分搅拌，倒入抹了油的平底锅中。

[ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [ˈmɒdərət] [ˈʌv(ə)n] (350°F .) [fɔː(r); fə(r)][əˈbaʊt] - [ˈmɪnɪts] . -
and bake in a moderate oven (350°F .) for about 35 minutes . 12
和 烤 在 一个 缓和 烤箱 (350°F .) 为了 关于 - 分钟 . -

然后在温度适中的烤箱（350°F/175°C）中烘烤约35分钟。12

[ˈresəpɪz] [frɒm; frəm] - . . .
RECIPES FROM 1976 : : :
食谱 从 - . . .

1976年的食谱.....

[meɪn] [ˈdiːʃɪz]
Main Dishes
主要的 菜肴

主菜

[beɪkt] [ˈsɔɪbiːnz]
Baked soybeans
烘焙 大豆

烤大豆

[sɪks] [s'ɜ:vɪŋz] , [ə'baʊt] ⅔ [kʌp] [i:t]
6 servings , about ⅔ cup each
6 份量 , 关于 ⅔ 杯子 每个

人份，每人约 ⅔ 杯

['sɔɪbi:nz] , [draɪ][tu:'tu:][kʌps]
Soybeans , dry 2 cups
大豆 , 干燥 2 杯子

干大豆 2 杯

['bɔɪlɪŋ] ['wɔ:tə(r)][sɪks][kʌps]
Boiling water 6 cups
沸腾 水 6 杯子

6杯沸水

[sɔ:lt][wʌn] ['ti:spu:n]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

['beɪkən] , [daɪst] ¼ [paʊnd]
Bacon , diced ¼ pound
熏肉 , 切丁 ¼ 磅

培根丁 ¼ 磅

['ʌŋjən] , [tʃɒpt] ½ [kʌp]
Onion , chopped ½ cup
洋葱 , 切碎 ½ 杯子

洋葱碎 ½ 杯

[braʊn] ['fʊgə(r)] , [pækt] ¼ [kʌp]
Brown sugar , packed ¼ cup
棕色的 糖 , 包装 ¼ 杯子

红糖，压实 1/4 杯

[sɔ:lt] 1½ ['ti:spu:n]
Salt 1½ teaspoons
盐 1½ 茶匙

盐 1.5 茶匙

选自萨米阿姨的广播食谱和美国(Selections from Aunt Sammy's Radio Recipes)

第2/3页

[draɪ] ['mʌstəd] [wʌn] ['ti:spu:n]
Dry mustard 1 teaspoon
干燥 芥末 1 茶匙

干芥末 1 茶匙

[bi:n] ['kʊkɪŋ] ['lɪkwɪd][ænd; ənd]['wɔ:tə(r)] ¾ [kʌp]
Bean cooking liquid and water ¾ cup
豆 烹饪 液体 和 水 ¾ 杯子

豆子煮熟的水和水 ¾ 杯

[laɪt] [mə'læsɪz] ¼ [kʌp]
Light molasses ¼ cup
光 糖蜜 ¼ 杯子

淡糖蜜 ¼ 杯

[bɔɪl] [bi:nz] [fɔ:(r); fə(r)][tu:'tu:] ['mɪnɪts] [ɪn]['wɔ:tə(r)] .
Boil beans for 2 minutes in water .
熬 豆子 为了 2 分钟 在 水 .

将豆子放入沸水中煮2分钟。

[let] [stænd][wʌn]['aʊə(r)] .
Let stand 1 hour .
让 站立 1 小时 .

静置1小时。

[,er di: 'di:][sɔ:lt] .
Add salt .
添加 盐 .

加盐。

[kʊk] [tu:'tu:][tu:; tə][θri:] ['aʊəz] [ɔ:(r)][ʌn'tɪl]['tendə(r)] .
Cook 2 to 3 hours or until tender .
厨师 2 到 3 小时 或者 直到 投标 .

煮2至3小时或直至软烂。

[dreɪn] ; [seɪv] ['lɪkwɪd] .
Drain ; save liquid .
流走 ; 节省 液体 .

沥干液体，保留液体。

[,pri:'hi:t] ['ʌv(ə)n][tu:; tə] 325°F .
Preheat oven to 325°F .
预热 烤箱 到 325°F .

将烤箱预热至325°F。

([sləʊ]) .
(slow) .
(慢的) .

(慢的)。

[pleɪs] [kʊkt] ['sɔɪbi:nz] [ɪn][ə; eɪ] ['bi:n,pɑ:t] [ɔ:(r)][tu:'tu:] - [kwɔ:t] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .
Place cooked soybeans in a beanpot or 2 - quart baking dish .
地方 煮熟 大豆 在 一个 豆罐 或者 2 - 夸脱 烘烤 盘子 .

将煮熟的黄豆放入豆锅或2夸脱的烤盘中。

[mɪks] [rɪ'meɪnɪŋ] [ɪn'ɡri:diənts] [ænd; ənd][stɜ:(r)][ɪntu:] ['sɔɪbi:nz] .
Mix remaining ingredients and stir into soybeans .
混合 其余的 原料 和 搅拌 进入 大豆 :

将剩余的食材混合，然后拌入大豆中。

[ˈkʌvə(r)][ænd; ənd] [beɪk] [θri:] [ˈaʊəz] .
Cover and bake 3 hours .
覆盖 和 烤 3 小时 :

盖上盖子，烘烤3小时。

[rɪ'mu:v] [ˈkʌvə(r)][ˈdʒʊəriŋ][lɑ:st][ˈaʊə(r)][ɒv; əv] [ˈbeɪkɪŋ] [tu:; tə] [rɪ'dju:s] [ˈlɪkwɪd][ænd; ənd] [braʊn] [ðə; ði][tɒp] .
Remove cover during last hour of baking to reduce liquid and brown the top .
消除 覆盖 期间 最后的 小时 的 烘烤 到 减少 液体 和 棕色的 这 顶部 :

烘烤的最后1小时去掉盖子，以减少液体并使顶部呈金黄色。

[mi:t] [ləʊf]
Meat loaf
肉 面包

肉饼

[sɪks] [s'ɜ:viŋz] [wʌn][sleɪs] [i:tʃ] , [ə'baʊt] 1¼ [ɪntʃɪz] [θɪk]
6 servings 1 slice each , about 1¼ inches thick
6 份量 1 片 每个 , 关于 1¼ 英寸 厚的

6人份，每人1片，约1¼英寸厚

[ɡraʊnd] [bi:f] 1½ [paʊndz]
Ground beef 1½ pounds
地面 牛肉 1½ 磅

碎牛肉 1.5 磅

[eg] [wʌn]
Egg 1
蛋 1

鸡蛋 1

[mɪlk] ½ [kʌp]
Milk ½ cup
牛奶 ½ 杯子

牛奶 ½ 杯

[ˈʌŋjən] , [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] ½ [kʌp]
Onion , finely chopped ½ cup
洋葱 , 精细地 切碎 ½ 杯子

洋葱碎 ½ 杯

[ˈbredkrʌmz] , [faɪn][draɪ] ⅓ [kʌp]
Breadcrumbs , fine dry ⅓ cup
面包屑 , 美好的 干燥 ⅓ 杯子

面包屑，细干 ⅓ 杯

[sɔ:lt][wʌn] [ˈti:spu:n]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[ˈpepə(r)] ¼ [ˈti:spu:n]
Pepper ¼ teaspoon
胡椒 ¼ 茶匙

胡椒粉 ¼ 茶匙

[seɪdʒ] ¼ [ˈti:spu:n]
Sage ¼ teaspoon
圣人 ¼ 茶匙

鼠尾草 ¼ 茶匙

[,pri:'hi:t] ['ʌv(ə)n][tu:; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɒdərət]) .
(**moderate**) .
(缓和) .

(缓和)。

[mɪks][ɔ:l] [ɪn'gri:diənts] ['θʌrəli] .
Mix all ingredients thoroughly .
混合 全部 原料 彻底 .

将所有材料充分混合。

[pres] ['ɪntu:][ə; eɪ][naɪn] - [baɪ][faɪv] - [baɪ][θri:] - [ɪntʃ] [ləʊf][pæn] .
Press into a 9 - by 5 - by 3 - inch loaf pan .
按 进入 一个 9 经过 5 经过 3 英寸 面包 平底锅 .

将面糊压入 9 英寸 x 5 英寸 x 3 英寸的面包模具中。

[beɪk] 1½ ['aʊəz] .
Bake 1½ hours .
烤 1½ 小时 .

烘烤1.5小时。

[rɪ'mu:v] [frɒm; frəm]['ʌv(ə)n] ; [dreɪn] [ɒf] [ɪk'ses] [fæt] .
Remove from oven ; drain off excess fat .
消除 从 烤箱 ； 流走 离开 过量的 胖的 .

从烤箱中取出；沥去多余的油脂。

[bi:f] ['ʃɪ] [kə'ba:bz]
Beef shish kebabs
牛肉 嘘 烤肉串

牛肉串

[sɪks] [s'ɜ:vɪŋz]
6 servings
6 份量

6人份

['bəʊnləs] ['sɜ:lɔɪn] [steɪk] [tu:'tu:] [paʊndz]
Boneless sirloin steak 2 pounds
无骨 西冷牛排 牛排 2 磅

无骨西冷牛排 2磅

[ɔɪl] ¼ [kʌp]
Oil ¼ cup
油 ¼ 杯子

油 ¼ 杯

['lemən] [dʒu:s][θri:] ['teɪbəl,spu:nz]
Lemon juice 3 tablespoons
柠檬 汁 3 汤匙

柠檬汁 3 汤匙

[draɪ] [waɪt] [waɪn] ¼ [kʌp]
Dry white wine ¼ cup
干燥 白色的 葡萄酒 ¼ 杯子

干白葡萄酒 ¼ 杯

['gɑ:lɪk]['paʊdə(r)] ⅛ ['ti:spu:n]
Garlic powder ⅛ teaspoon
蒜 粉末 ⅛ 茶匙

蒜粉⅛茶匙

[ˈtaɪm] ¼ [ˈtiːspuːn]
Thyme ¼ teaspoon
百里香 ¼ 茶匙

百里香¼茶匙

[sɔːlt][wʌn] [ˈtiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[ɡriːn] [ˈpepəz] , [kʌt][ɪn][eɪθ, eɪθ][θriː]
Green peppers , cut in eighths 3
绿色的 辣椒 , 切 在 八分之一 3

青椒，切成八瓣 3

[ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)][θriː][kʌps]
Boiling water 3 cups
沸腾 水 3 杯子

3杯沸水

[ˈmʌʃrʊm] [kæps] -
Mushroom caps 24
蘑菇 帽子 -

蘑菇菌盖 24

[pɜːl] [ˈʌnjənz] , [həʊl] , [kʊkt] -
Pearl onions , whole , cooked 24
珍珠 洋葱 , 所有的 , 煮熟 -

珍珠洋葱，整颗，煮熟 24

[təˈmɑːtəʊ] [sɔːs] [eɪt] - [aʊns] [kæn; kən]
Tomato sauce 8 - ounce can
番茄 酱 8 - 盎司 能

番茄酱 8 盎司罐装

[braʊn] [ˈʊɡə(r)][wʌn] [ˈteɪblspuːn]
Brown sugar 1 tablespoon
棕色的 糖 1 汤匙

红糖 1 汤匙

[hɒt] [ˈpepə(r)] [sɔːs] ¼ [ˈtiːspuːn]
Hot pepper sauce ¼ teaspoon
热的 胡椒 酱 ¼ 茶匙

辣椒酱 ¼ 茶匙

[ðə; ði] [deɪ] [brɪˈfɔː(r)] :
The day before :
这 天 前 :

前一天：

[kʌt] [miːt] [ˈɪntuː][kjuːbz] .
Cut meat into cubes .
切 肉 进入 立方体 .

将肉切成小块。

[pleɪs] [ɪn] [bəʊl] .
Place in bowl .
地方 在 碗 .

放入碗中。

[mɪks][ɔɪl] , [ˈlemən][dʒuːs] , [waɪn] , [ˈɡɑːlɪk][ˈpaʊdə(r)] , [ˈtaɪm] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
Mix oil , lemon juice , wine , garlic powder , thyme , and salt .
混合 油 , 柠檬 汁 , 葡萄酒 , 蒜 粉末 , 百里香 , 和 盐 .

将油、柠檬汁、葡萄酒、蒜粉、百里香和盐混合。

[pɔ:(r)][ɔɪl][ˈmɪkstʃə(r)][ˈəʊvə(r)] [mi:t] .
Pour oil mixture over meat .
倒 油 混合物 超过 肉 .

将油混合物倒在肉上。

[let] [stænd][ɪn][rɪˈfrɪdʒəreɪtə(r)][fɔ:(r); fə(r)] - [ˈaʊəz] .
Let stand in refrigerator for 24 hours .
让 站立 在 冰箱 为了 - 小时 .

放入冰箱冷藏24小时。

[ðə; ði] [deɪ] [ɒv; əv] [ˈsɜ:vɪŋ] :
The day of serving :
这 天 的 服务 :

服役日:

[dreɪn] [mi:t] ; [seɪv] [ˈlɪkwɪd] .
Drain meat ; save liquid .
流走 肉 ; 节省 液体 .

沥干肉汁，保留汁水。

[kʊk] [ɡri:n] [ˈpepə(r)] [ˈpi:sɪz] [ɪn][wʌn][kʌp] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔ:tə(r)][fɔ:(r); fə(r)][faɪv] [ˈmɪnɪts] [ɔ:(r)][ʌnˈtɪl][ˈɔ:lməʊst]
Cook green pepper pieces in 1 cup boiling water for 5 minutes or until almost

厨师 绿色的 胡椒 件 在 1 杯子 沸腾 水 为了 5 分钟 或者 直到 几乎

[ˈtendə(r)] .
tender .
投标 .

将青椒块放入 1 杯沸水中煮 5 分钟或直至快熟。

[dreɪn] .
Drain .
流走 .

流走。

[pɔ:(r)][tu:ˈtu:] [kʌps] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔ:tə(r)][ˈəʊvə(r)] [ˈmʌʃrʊmz] .
Pour 2 cups boiling water over mushrooms .
倒 2 杯子 沸腾 水 超过 蘑菇 .

将2杯沸水倒在蘑菇上。

[ˈkʌvə(r)] .
Cover .
覆盖 .

覆盖。

[let] [stænd][faɪv] [ˈmɪnɪts] .
Let stand 5 minutes .
让 站立 5 分钟 .

静置5分钟。

[dreɪn] .
Drain .
流走 .

流走。

[ɔ:ˈltɜ:nət] [mi:t] [kju:ɪbz] , [ˈʌŋjənɪz] , [ˈmʌʃrʊmz] , [ænd; ənd] [ɡri:n] [ˈpepə(r)] [ˈpi:sɪz] [ɒn] [ˈskju:əz] .
Alternate meat cubes , onions , mushrooms , and green pepper pieces on skewers .
备用 肉 立方体 , 洋葱 , 蘑菇 , 和 绿色的 胡椒 件 在 烤串 .

将肉块、洋葱、蘑菇和青椒块交替串在烤串上。

[mɪks][təˈmɑ:təʊ] [sɔ:s] , brown13
Mix tomato sauce , brown13
混合 番茄 酱 , brown13

混合番茄酱，棕色13

[ˈʃʊɡə(r)] , [ænd; ənd][hɒt][ˈpepə(r)] [sɔ:s] [wɪð] [rɪˈmeɪnɪŋ] [ˈlɪkwɪd][frɒm; frəm] [mi:t] .
sugar , and hot pepper sauce with remaining liquid from meat .
糖 , 和 热的 胡椒 酱 和 其余的 液体 从 肉 .
糖、辣椒酱和肉汁。

[brʌʃ] [mi:t] [ænd; ənd][ˈvedʒtəb(ə)lz] [wɪð] [təˈmɑ:təʊ] [sɔ:s] [ˈmɪkstʃə(r)] .
Brush meat and vegetables with tomato sauce mixture .
刷子 肉 和 蔬菜 和 番茄 酱 混合物 .
在肉类和蔬菜上刷上番茄酱混合物。

[brɔɪl] , [ˈtɜ:nɪŋ] [æz; əz] [ni:dɪd] , [ʌnˈtɪl] [mi:t] [ɪz][ɒv; əv][dɪˈzaɪəd] [ˈdʌnnəs] .
Broil , turning as needed , until meat is of desired doneness .
烤 , 转弯 作为 需要 , 直到 肉 是 的 想要的 完成 .
烤制过程中，根据需要翻面，直至肉达到所需的熟度。

[hi:t] [rɪˈmeɪnɪŋ] [təˈmɑ:təʊ][ˈmɪkstʃə(r)] .
Heat remaining tomato mixture .
热 其余的 番茄 混合物 .
加热剩余的番茄混合物。

[sɜ:v] [ˈəʊvə(r)] [mi:t] [ænd; ənd][ˈvedʒtəb(ə)lz] .
Serve over meat and vegetables .
服务 超过 肉 和 蔬菜 .
佐以肉类和蔬菜食用。

[ˈbrʌnzwɪk] [stju:]
Brunswick stew
布伦瑞克 炖
布伦瑞克炖菜

[sɪks] [sˈɜ:vɪŋz] , 1½ [kʌps] [i:t]
6 servings , 1½ cups each
6 份量 , 1½ 杯子 每个
份，每份 1.5 杯

[ˈtʃɪkɪn] , [həʊl] [ɔ:(r)][kʌt] - [ʌp][θri:] [paʊndz]
Chicken , whole or cut - up 3 pounds
鸡 , 所有的 或者 切 - 向上 3 磅
整鸡或切块鸡，3磅

[sɔ:lt] 1½ [ˈti:spu:n]
Salt 1½ teaspoons
盐 1½ 茶匙
盐 1.5 茶匙

[ˈwɔ:tə(r)][θri:] [kʌps]
Water 3 cups
水 3 杯子
水 3 杯

[pəˈteɪtəʊz] , [daɪst] [wʌn][kʌp]
Potatoes , diced 1 cup
土豆 , 切丁 1 杯子
土豆丁 1 杯

[ˈfrəʊz(ə)n][ˈli:mə] [bi:nz] 1¾ [kʌps]
Frozen lima beans 1¾ cups
冷冻 利马 豆子 1¾ 杯子
冷冻利马豆 1¾ 杯

[təˈmɑ:təʊz] - - [aʊns] [kæn; kən]
Tomatoes 16 - ounce can
西红柿 - - 盎司 能
16盎司罐装番茄

[ˈʌnjənz] , [tʃɒpt] ⅔ [kʌp]
Onions , chopped ⅔ cup
洋葱 , 切碎 ⅔ 杯子

洋葱碎 ⅔ 杯

[kɔ:n] , [ˈfrəʊz(ə)n] 1¾ [kʌps]
Corn , frozen 1¾ cups
玉米 , 冷冻 1¾ 杯子

冷冻玉米粒 1¾ 杯

[sɔ:lt] ½ [ˈti:spu:n]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈpepə(r)] ⅛ [ˈti:spu:n]
Pepper ⅛ teaspoon
胡椒 ⅛ 茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[ˈpəʊltri] [ˈsi:zənɪŋ] ⅛ [ˈti:spu:n]
Poultry seasoning ⅛ teaspoon
家禽 调料 ⅛ 茶匙

家禽调味料⅛茶匙

[ˈwɔ:tə(r)] ¼ [kʌp]
Water ¼ cup
水 ¼ 杯子

水 ¼ 杯

[ˈflaʊə(r)][tu:ˈtu:] [ˈteɪbəlˌspu:nz]
Flour 2 tablespoons
面粉 2 汤匙

面粉 2 汤匙

[ˈsɪmə(r)] [ˈtʃɪkɪn] [ɪn][ˈsɔ:ltɪd][ˈwɔ:tə(r)][ʌnˈtɪl][ˈtendə(r)] .
Simmer chicken in salted water until tender .
煨 鸡 在 咸的 水 直到 投标 .

将鸡肉放入盐水中慢炖至软烂。

[dreɪn] , [seɪv] [brʊθ] .
Drain , save broth .
流走 , 节省 肉汤 .

沥干水分，保留肉汤。

[ˈseprət] [ðə; ði] [mi:t] [frɒm; frəm][ðə; ði][skɪn][ænd; ənd][bəʊnz][ænd; ənd][kʌt] [mi:t] [ˈɪntu:] [ˈpi:sɪz] [æz; əz]
Separate the meat from the skin and bones and cut meat into pieces as
分离 这 肉 从 这 皮肤 和 骨头 和 切 肉 进入 件 作为

[dɪˈzaɪəd] .
desired .
想要的 .

将肉从皮和骨头上剔下来，然后根据需要将肉切成块。

[skɪm] [fæt][frɒm; frəm] [brʊθ] .
Skim fat from broth .
撇去 胖的 从 肉汤 .

撇去肉汤中的油脂。

[ðə; ði][fæt][kæn; kən][biː; bi] [skɪmd] [mɔː(r)] [ˈiːzəli] [ɪf] [ðə; ði] [brɒθ] [ɪz] [tʃɪld] [ɪˈnʌf] [tuː; tə][səˈlɪdɪfaɪ]
The fat can be skimmed more easily if the broth is chilled enough to solidify
这 胖的 能 是 脱脂 更多的 容易地 如果 这 肉汤 是 冷藏 足够的 到 固化
[ðə; ði][fæt] .
the fat .
这 胖的 .

如果将肉汤冷却到脂肪凝固的程度，就更容易撇去脂肪。

[eɪ diː ˈdiː][pəˈteɪtəʊz][tuː; tə] [brɒθ] [ænd; ənd] [ˈsɪmə(r)] [faɪv] [ˈmɪnɪts] .
Add potatoes to broth and simmer 5 minutes .
添加 土豆 到 肉汤 和 煨 5 分钟 .

将土豆加入肉汤中，小火慢炖 5 分钟。

[eɪ diː ˈdiː][ˈliːmə] [biːnz] , [təˈmɑːtəʊz] , [ænd; ənd] [ˈʌnjənz] .
Add lima beans , tomatoes , and onions .
添加 利马 豆子 , 西红柿 , 和 洋葱 .

加入利马豆、西红柿和洋葱。

[ˈsɪmə(r)] [ˈseɪvən] [ˈmɪnɪts] .
Simmer 7 minutes .
煨 7 分钟 .

小火慢炖7分钟。

[eɪ diː ˈdiː] [ˈtʃɪkɪn] , [kɔːn] , [ænd; ənd] [ˈsiːznɪŋz] .
Add chicken , corn , and seasonings .
添加 鸡 , 玉米 , 和 调味料 .

加入鸡肉、玉米和调味料。

[kʊk] [θriː] [ˈmɪnɪts] [lɒŋɡə(r)] .
Cook 3 minutes longer .
厨师 3 分钟 更长 .

再煮3分钟。

[mɪks] ¼ [kʌp][ˈwɔːtə(r)] [wɪð] [ˈflaʊə(r)][ʌnˈtɪl] [smuːð] .
Mix ¼ cup water with flour until smooth .
混合 ¼ 杯子 水 和 面粉 直到 光滑的 .

将1/4杯水与面粉混合搅拌至顺滑。

[eɪ diː ˈdiː][tuː; tə] [stjuː] [ænd; ənd] [hiːt] [dʒʌst] [lɒŋ] [ɪˈnʌf] [tuː; tə] [ˈθɪkən] , [ˈstɜːrɪŋ] [æz; əz] [ˈniːdɪd] .
Add to stew and heat just long enough to thicken , stirring as needed .
添加 到 炖 和 热 只是 长的 足够的 到 加厚 , 搅拌 作为 需要 .

加入炖菜中，加热至浓稠即可，期间根据需要搅拌。

[egz] [ˈbenɪdɪkt]
Eggs benedict
鸡蛋 本尼迪克特

班尼迪克蛋

[sɪks] [sˈɜːvɪŋz]
6 servings
6 份量

6人份

[kəˈneɪdiən][ˈberkən][sɪks][ˈslaɪsɪz] , [əˈbaʊt][tuːˈtuː] [ˈaʊnsɪz] [iːt]
Canadian bacon 6 slices , about 2 ounces each
加拿大 熏肉 6 切片 , 关于 2 盎司 每个

加拿大培根 6 片，每片约 2 盎司

[ɔɪl] [ɔː(r)][fæt] , [ˈmeltɪd] [wʌn] [ˈteɪblspuːn]
Oil or fat , melted 1 tablespoon
油 或者 胖的 , 融化 1 汤匙

融化的油或脂肪 1 汤匙

[ˈɪŋɡlɪ] [ˈmʌfɪn] , [kʌt] [ɪn] [hɑ:f] [θri:]
English muffins , cut in half 3
英语 松饼 , 切 在 一半 3

英式松饼，切成两半 3个

[ˈbʌtə(r)] [ɔ:(r)] [ˌmɑ:dʒəˈri:n] [wʌn] [ˈteɪblspu:n]
Butter or margarine 1 tablespoon
黄油 或者 人造黄油 1 汤匙

黄油或人造黄油 1 汤匙

[egz] [sɪks]
Eggs 6
鸡蛋 6

鸡蛋 6

[sɔ:lt] ½ [ˈti:spu:n]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔ:tə(r)] [fɔ:r] [kʌps] [ɔ:(r)] [mɔ:(r)]
Boiling water 4 cups or more
沸腾 水 4 杯子 或者 更多的

4杯或更多沸水

[mɒk] [hɒlənˈdeɪz] [sɔ:s] ([pi:] . -) [wʌn] [ˈresəpi]
Mock hollandaise sauce (p . 18) 1 recipe
嘲笑 荷兰酱 酱 (p . -) 1 食谱

仿荷兰酱（第18页） 1份食谱

[fraɪ] [ˈberkən] [ɪn] [fæt] [ɪn] [ˈfraɪpæn] .
Fry bacon in fat in frypan .
炒 熏肉 在 胖的 在 煎锅 .

用煎锅里的油煎培根。

[ki:p] [wɔ:m] .
Keep warm .
保持 温暖的 .

注意保暖。

[spred] [ˈɪŋɡlɪ] [ˈmʌfɪn] [hɑ:vz] [wɪð] [ˈbʌtə(r)] [ɔ:(r)] [ˌmɑ:dʒəˈri:n] .
Spread English muffin halves with butter or margarine .
传播 英语 松饼 一半 和 黄油 或者 人造黄油 .

在英式松饼上涂抹黄油或人造黄油。

[təʊst] [ˈʌndə(r)] [ˈbrɔɪlə(r)] .
Toast under broiler .
吐司 在下面 肉鸡 .

用烤箱上火烤至金黄色。

[breɪk] [egz] [ˈɪntu:] [ˈsɔ:sə(r)] , [wʌn] [æt; ət] [ə; eɪ] [taɪm] .
Break eggs into saucer , one at a time .
休息 鸡蛋 进入 碟子 , 一 在 一个 时间 .

鸡蛋一个一个地打入碟子里。

[slɪp] [i:tʃ] [eg] [ˈdʒentli] [ˈɪntu:] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈsɔ:ltrɪd] [ˈwɔ:tə(r)] .
Slip each egg gently into boiling salted water .
滑 每个 蛋 轻轻地 进入 沸腾 咸的 水 .

将每个鸡蛋轻轻放入沸腾的盐水中。

[ˈwɔ:tə(r)] [fʊd; ʃəd] [ˈkʌvə(r)] [egz] .
Water should cover eggs .
水 应该 覆盖 鸡蛋 .

水应没过鸡蛋。

[ˌriːˈhi:t] [tuː; tə] [ˈsɪməɪŋ] .
Reheat to simmering .
再加热 到 煨煮 .

重新加热至微沸。

[ˈsɪmə(r)] , [ˈkʌvəd] , [ʌnˈtɪl] [egz] [ɑː(r); ə(r)][ɒv; əv][dɪˈzaɪəd] [ˈdʌnnəs] , [əˈbaʊt][θri:] [ˈmɪnɪts] [fɔː(r); fə(r)]
Simmer covered , until eggs are of desired doneness , about 3 minutes for
煨 , 涵盖 , 直到 鸡蛋 是 的 想要的 完成 , 关于 3 分钟 为了
[ˈmiːdiəm] .
medium .
中等的 .

盖上锅盖，小火慢煮至鸡蛋达到所需的熟度，中等熟度大约需要 3 分钟。

[tɒp] [i:tʃ] [ˈmʌfɪn] [hɑːf] [wɪð] [slaɪs][ɒv; əv][ˈbeɪkən] ; [ðen] [wɪð] [pəʊtʃt] [eg] .
Top each muffin half with slice of bacon ; then with poached egg .
顶部 每个 松饼 一半 和 片 的 熏肉 ; 然后 和 偷猎 蛋 .

在每半个松饼上放一片培根，再放一个水煮蛋。

[sɜːv] [wɪð] [mɒk] [ˌhɒlənˈdeɪz] [sɔːs] [ˈəʊvə(r)][tɒp][ɒv; əv] [eg] .
Serve with mock hollandaise sauce over top of egg .
服务 和 嘲笑 荷兰酱 酱 超过 顶部 的 蛋 .

将仿荷兰酱淋在鸡蛋上即可食用。

[bi:f] [stju:]
Beef stew
牛肉 炖

炖牛肉

[saɪks] [sˈɜːvɪŋz] , 1½ [kʌps] [i:tʃ]
6 servings , 1½ cups each
6 份量 , 1½ 杯子 每个

份，每份 1.5 杯

[ˈbəʊnləs] [stju:] [bi:f] , [wʌn] - [ɪntʃ] [kjuːbz] 1½ [paʊndz]
Boneless stew beef , 1 - inch cubes 1½ pounds
无骨 炖 牛肉 , 1 - 英寸 立方体 1½ 磅

无骨炖牛肉，1英寸见方，1.5磅

[fæt][ɔː(r)][ɔɪl][tuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz]
Fat or oil 2 tablespoons
胖的 或者 油 2 汤匙

脂肪或油 2 汤匙

[ˈwɔːtə(r)][θri:] [kʌps]
Water 3 cups
水 3 杯子

水 3 杯

[beɪ] [li:f] [wʌn]
Bay leaf 1
湾 叶子 1

月桂叶 1

[pəˈteɪtəʊz] , [ˈkwɔːtəd] [θri:] [kʌps]
Potatoes , quartered 3 cups
土豆 , 四分 3 杯子

土豆，切成四瓣，3 杯

[ˈkærəts] , [kʌt][ɪn] [tʃʌŋks] 1½ [kʌps]
Carrots , cut in chunks 1½ cups
胡萝卜 , 切 在 块 1½ 杯子

胡萝卜，切块 1.5 杯

[ˈʌnjənz] [sɪks] [smɔ:l]

Onions 6 small
洋葱 6 小的

洋葱 6 个

[sɔ:lt][tu:'tu:] [ˈti:spu:n]

Salt 2 teaspoons
盐 2 茶匙

盐 2 茶匙

[ˈpepə(r)] ¼ [ˈti:spu:n]

Pepper ¼ teaspoon
胡椒 ¼ 茶匙

胡椒粉 ¼ 茶匙

[ˈflaʊə(r)] ¼ [kʌp]

Flour ¼ cup
面粉 ¼ 杯子

面粉 ¼ 杯

[ˈwɔ:tə(r)] ⅓ cup14

Water ⅓ cup14
水 ⅓ cup14

水 ⅓ 杯14

[braʊn] [mi:t] [bʌn][ɔ:l] [saɪdʒ][ɪn][fæt][ɪn][ə; eɪ] [lɑ:dʒ] , [ˈhevi] [ˈsɔ:spən] .

Brown meat on all sides in fat in a large , heavy saucepan .
棕色的 肉 在 全部 侧面 在 胖的 在 一个 大的 , 重的 平底锅 .

在大而厚的平底锅中，用油脂将肉的各个面煎至棕色。

[eɪ di: ˈdi:] [θri:] [kʌps] [ˈwɔ:tə(r)] [ænd; ənd] [beɪ] [li:f] .

Add 3 cups water and bay leaf .
添加 3 杯子 水 和 湾 叶子 .

加入3杯水和一片月桂叶。

[ˈkʌvə(r)] [ˈtaɪtli] .

Cover tightly .
覆盖 紧紧 .

盖紧。

[ˈsɪmə(r)] [əˈbaʊt] [tu:'tu:] [ˈaʊəz] [ɔ:(r)] [ʌn'tɪl] [mi:t] [ɪz][ˈtendə(r)] .

Simmer about 2 hours or until meat is tender .
煨 关于 2 小时 或者 直到 肉 是 投标 .

小火慢炖约2小时或直至肉软烂。

[eɪ di: ˈdi:] [ˈvedʒtəb(ə)lz] [ænd; ənd] [ˈsi:znɪŋz] [ænd; ənd] [kən'tɪnju:] [ˈkʊkɪŋ] , [ˈkʌvəd] , [əˈbaʊt] -

Add vegetables and seasonings and continue cooking , covered , about 25
添加 蔬菜 和 调味料 和 继续 烹饪 , 涵盖 , 关于 -

[ˈmɪnɪts] [ɔ:(r)] [ʌn'tɪl] [ˈvedʒtəb(ə)lz] [ɑ:(r); ə(r)] [ˈtendə(r)] .

minutes or until vegetables are tender .
分钟 或者 直到 蔬菜 是 投标 .

加入蔬菜和调味料，盖上盖子继续煮约 25 分钟，或直到蔬菜变软。

[rɪ'mu:v] [beɪ] [li:f] .

Remove bay leaf .
消除 湾 叶子 .

取出月桂叶。

[stɜ:(r)] [ˈflaʊə(r)] [ˈɪntu:] ⅓ [kʌp] [ˈwɔ:tə(r)] [ʌn'tɪl] [smu:ð] .

Stir flour into ⅓ cup water until smooth .
搅拌 面粉 进入 ⅓ 杯子 水 直到 光滑的 .

将面粉搅拌到 ⅓ 杯水中，直至顺滑。

[stɜː(r)][ˈflaʊə(r)][ˈmɪkstʃə(r)][ˈdʒentli][ˈɪntuː] [stjuː] ； [kənˈtɪnjuː] [ˈstɜːrɪŋ] [ˈəʊnli][æz; əz] [ˈniːdɪd] [tuː; tə] [prɪˈvent]
Stir flour mixture gently into stew ； continue stirring only as needed to prevent
搅拌 面粉 混合物 轻轻地 进入 炖 ； 继续 搅拌 仅有的 作为 需要 到 防止
[ˈstɪkɪŋ] [ʌnˈtɪl] [stjuː] [ˈθɪkən] ．
sticking until stew thickens ．
粘性 直到 炖 增厚 ．

将面粉混合物轻轻拌入炖菜中；继续搅拌，只需在炖菜变稠之前防止粘锅即可。

[ˈkʌrɪd] [pɔːk] [tʃɒps]
Curried pork chops
咖喱 猪肉 排骨

咖喱猪排

[sɪks] [sˈɜːvɪŋz] ， [wʌn] [tʃɒp] [iːtʃ]
6 servings ， 1 chop each
6 份量 ， 1 劈 每个

6人份，每人1块

[pɔːk] [tʃɒps] ， [lɔɪn] [sɪks]
Pork chops ， loin 6
猪肉 排骨 ， 腰部 6

猪排，里脊肉 6

[ˈflaʊə(r)] ¼ [kʌp]
Flour ¼ cup
面粉 ¼ 杯子

面粉 ¼ 杯

[ɔɪl] [ɔː(r)][fæt] ， [ˈmeltɪd] [wʌn] [ˈteɪblspuːn]
Oil or fat ， melted 1 tablespoon
油 或者 胖的 ， 融化 1 汤匙

融化的油或脂肪 1 汤匙

[ˈmʌʃrʊmz] ， [slaɪst] ， [dreɪnd] [eɪt] - [aʊns] [kæn; kən]
Mushrooms ， sliced ， drained 8 - ounce can
蘑菇 ， 切片 ， 排水 8 - 盎司 能

蘑菇片，沥干水分，8盎司罐装

[ˈʌnjən] ， [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] ⅓ [kʌp]
Onion ， finely chopped ⅓ cup
洋葱 ， 精细地 切碎 ⅓ 杯子

洋葱，切碎 ⅓ 杯

[ˈbʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒəˈriːn][tuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz]
Butter or margarine 2 tablespoons
黄油 或者 人造黄油 2 汤匙

黄油或人造黄油 2 汤匙

[ˈflaʊə(r)][tuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz]
Flour 2 tablespoons
面粉 2 汤匙

面粉 2 汤匙

[sɔːlt] 1½ [ˈtiːspuːn]
Salt 1½ teaspoons
盐 1½ 茶匙

盐 1.5 茶匙

[ˈkʌrɪ] [ˈpaʊdə(r)][wʌn] [ˈtiːspuːn]
Curry powder 1 teaspoon
咖喱 粉末 1 茶匙

咖喱粉 1 茶匙

[ˈmɪlk] 1½ [kʌps]
Milk 1½ cups
牛奶 1½ 杯子

牛奶 1.5 杯

[ˌpriːˈhi:t] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

([ˈmɒdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[kəʊt] [tʃɒps] [wɪð] ¼ [kʌp][ˈflaʊə(r)] .
Coat chops with ¼ cup flour .
外套 排骨 和 ¼ 杯子 面粉 .

将猪排裹上 ¼ 杯面粉。

[braʊn] [tʃɒps] [ɒn][bəʊθ][saɪdz][ɪn][fæt] .
Brown chops on both sides in fat .
棕色的 排骨 在 两个都 侧面 在 胖的 .

两面都煎至金黄酥脆，肥肉部分也呈棕色。

[pleɪs] [tʃɒps] [ɪn] [ˈbeɪkɪŋ] [pæn] .
Place chops in baking pan .
地方 排骨 在 烘烤 平底锅 .

将肉排放入烤盘中。

[ˈkʌvə(r)] [tʃɒps] [wɪð] [ˈmʌʃrʊmz] .
Cover chops with mushrooms .
覆盖 排骨 和 蘑菇 .

用蘑菇盖住肉排。

[kʊk] [ˈʌŋjən][ɪn][ˈbʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒəˈriːn][ʌnˈtɪl][ˈtendə(r)] .
Cook onion in butter or margarine until tender .
厨师 洋葱 在 黄油 或者 人造黄油 直到 投标 .

用黄油或人造黄油将洋葱炒至软嫩。

[stɜː(r)][ɪn][tuːˈtuː] [ˈteɪbəʃpuːnz] [ˈflaʊə(r)] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] [ˈkʌri] [ˈpaʊdə(r)] .
Stir in 2 tablespoons flour , salt , and curry powder .
搅拌 在 2 汤匙 面粉 , 盐 , 和 咖喱 粉末 .

拌入2汤匙面粉、盐和咖喱粉。

[ˈɡrædʒuəli][stɜː(r)][ɪn][mɪlk] .
Gradually stir in milk .
逐步地 搅拌 在 牛奶 .

慢慢倒入牛奶并搅拌。

[kʊk] , [ˈstɜːrɪŋ] [ˈkɒnstəntli] , [ʌnˈtɪl] [ˈθɪkənd] .
Cook , stirring constantly , until thickened .
厨师 , 搅拌 不断地 , 直到 增稠 .

不断搅拌，煮至浓稠。

[pɔː(r)][mɪlk][ˈmɪkstʃə(r)][ˈəʊvə(r)] [tʃɒps] .
Pour milk mixture over chops .
倒 牛奶 混合物 超过 排骨 .

将牛奶混合物浇在肉排上。

[ˈkʌvə(r)][pæn] .
Cover pan .
覆盖 平底锅 .

盖上锅盖。

[beɪk] [wʌn][ˈaʊə(r)][ɔː(r)][ʌnˈtɪ] [tʃɒps] [ɑː(r); ə(r)][ˈtendə(r)] .
Bake 1 hour or until chops are tender .
烤 1 小时 或者 直到 排骨 是 投标 .

烤制1小时或直至肉排变软。

[ləˈzænjə]
Lasagna
千层面

千层面

[naɪn] [sˈɜːvɪŋz] , [wʌn][kʌp] [iːtʃ]
9 servings , 1 cup each
9 份量 , 1 杯子 每个

9份，每份1杯

[graʊnd] [biːf] ¾ [paʊnd]
Ground beef ¾ pound
地面 牛肉 ¾ 磅

¾磅碎牛肉

[ˈgɑːlɪk] [kləʊvz] , [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] [tuːˈtuː]
Garlic cloves , finely chopped 2
蒜 丁香 , 精细地 切碎 2

蒜瓣，切碎 2瓣

[ˈʌnjən] , [tʃɒpt] ½ [kʌp]
Onion , chopped ½ cup
洋葱 , 切碎 ½ 杯子

洋葱碎 ½ 杯

[sɔːlt] 1½ [ˈtiːspuːn]
Salt 1½ teaspoons
盐 1½ 茶匙

盐 1.5 茶匙

[red] [ˈpepə(r)] , [krʌʃt] , [draɪd] ⅛ [ˈtiːspuːn]
Red pepper , crushed , dried ⅛ teaspoon
红色的 胡椒 , 碎 , 干燥 ⅛ 茶匙

红辣椒碎，干 ⅛ 茶匙

[ˌɒrɪˈɡɑːnəʊ][wʌn] [ˈtiːspuːn]
Oregano 1 teaspoon
牛至 1 茶匙

牛至 1 茶匙

[ˈpɑːsli] , [draɪd][wʌn] [ˈteɪblspuːn]
Parsley , dried 1 tablespoon
香菜 , 干燥 1 汤匙

干欧芹 1 汤匙

[təˈmɑːtəʊ] [peɪst] [sɪks] - [aʊns] [kæn; kən]
Tomato paste 6 - ounce can
番茄 粘贴 6 - 盎司 能

番茄酱 6盎司罐装

[təˈmɑːtəʊ] [sɔːs] [eɪt] - [aʊns] [kæn; kən]
Tomato sauce 8 - ounce can
番茄 酱 8 - 盎司 能

番茄酱 8 盎司罐装

[hɒt][ˈwɔːtə(r)] ¾ [kʌp]
Hot water ¾ cup
热的 水 ¾ 杯子

热水 ¾ 杯

[lə'zænjə] ['nu:d(ə)lz][sɪks]
Lasagna noodles 6
千层面 面条 6

千层面条 6

[eg] , ['bi:t(ə)n][wʌn]
Egg , beaten 1
蛋 , 被打败 1

鸡蛋，打散 1

[rɪ'kɒtə] [tʃi:z] - ['aʊnsɪz]
Ricotta cheese 12 ounces
乳清干酪 奶酪 - 盎司

意大利乳清干酪 12 盎司

[ˌmɒtsə'relə] [tʃi:z] , ['θɪnli] [slaɪst] [fɔ:r] ['aʊnsɪz]
Mozzarella cheese , thinly sliced 4 ounces
马苏里拉奶酪 奶酪 , 薄薄的 切片 4 盎司

马苏里拉奶酪，切成薄片，4盎司

[ˈpɑ:məzæn; ˌpɑ:mə'zæn] [tʃi:z] , ['greɪtɪd] ¼ [kʌp]
Parmesan cheese , grated ¼ cup
帕尔马干酪 奶酪 , 磨碎的 ¼ 杯子

帕玛森奶酪碎 ¼ 杯

[ˈkrʌmb(ə)l] [graʊnd] [bi:f] ['ɪntu:] [lɑ:dʒ] ['fraɪpæn] .
Crumble ground beef into large frypan .
崩溃 地面 牛肉 进入 大的 煎锅 .

将碎牛肉放入大煎锅中。

[kʊk] ['əʊvə(r)] ['mɒdərət] [hi:t] , [ˈstɜ:rɪŋ] [æz; əz] ['ni:dɪd] , [ʌn'tɪl] [bi:f] [ɪz] ['laɪtli] [braʊn] .
Cook over moderate heat , stirring as needed , until beef is lightly browned .
厨师 超过 缓和 热 , 搅拌 作为 需要 , 直到 牛肉 是 轻轻 棕色 .

用中火烹煮，不时翻炒，直至牛肉略呈褐色。

[ˌeɪ di: 'di:] ['gɑ:ɪk][ænd; ənd] ['ʌŋjən] ; [kʊk] [ʌn'tɪl] ['ʌŋjən] [bɪ'kʌmz] ['tendə(r)] .
Add garlic and onion ; cook until onion becomes tender .
添加 蒜 和 洋葱 ; 厨师 直到 洋葱 变成 投标 .

加入大蒜和洋葱；煮至洋葱变软。

[stɜ:(r)][ɪn] ['si:znɪŋz] , [tə'mɑ:təʊ] [peɪst] , [tə'mɑ:təʊ] [sɔ:s] , [ænd; ənd]['wɔ:tə(r)] .
Stir in seasonings , tomato paste , tomato sauce , and water .
搅拌 在 调味料 , 番茄 粘贴 , 番茄 酱 , 和 水 .

加入调味料、番茄酱、番茄沙司和水。

[kʊk] [lə'zænjə] ['nu:d(ə)lz][ʌn'tɪl] ['tendə(r)] , ['ju:zɪŋ][də'rek(j)ənz][ʊŋ] ['pækɪdʒ] .
Cook lasagna noodles until tender , using directions on package .
厨师 千层面 面条 直到 投标 , 使用 方向 在 包裹 .

按照包装上的说明，将千层面煮至软熟。

[mɪks] [eg] [wɪð] [rɪ'kɒtə] [tʃi:z] .
Mix egg with Ricotta cheese .
混合 蛋 和 乳清干酪 奶酪 .

将鸡蛋与乳清干酪混合。

[ˌpri:'hi:t] ['ʌv(ə)n][tu:; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɒdərət]) .
(**moderate**) .
(缓和) .

(缓和)。

[ɪn][ə; eɪ][ˈseɪvən] - [baɪ] - - [baɪ][ˌtuːˈtuː] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] , [sprɛd] ['leɪəz] [ɒv; əv][wʌn] - [fɔːθ] [ɒv; əv]
In a 7 - by 12 - by 2 - inch baking dish , spread layers of one - fourth of
在 一个 7 - 经过 - - 经过 2 - 英寸 烘烤 盘子 , 传播 层 的 一 - 第四 的
[təˈmɑːtəʊ] - [miːt] [sɔːs] ,
tomato - meat sauce ,
番茄 - 肉 酱 ,

在一个7英寸×12英寸×2英寸的烤盘中，铺上一层番茄肉酱（约占总量的四分之一），

[ðen] ['θriː] ['nuːd(ə)lz] , [ænd; ənd][əˈnʌðə(r)][wʌn] - [fɔːθ] [ɒv; əv][təˈmɑːtəʊ] - [miːt] [sɔːs] .
then three noodles , and another one - fourth of tomato - meat sauce .
然后 三 面条 , 和 其他 一 - 第四 的 番茄 - 肉 酱 .

然后是三根面条，以及四分之一的番茄肉酱。

[tɒp] [wɪð] [hɑːf][ɒv; əv] [iːtʃ] [kaɪnd][ɒv; əv] [tʃiːz] .
Top with half of each kind of cheese .
顶部 和 一半 的 每个 种类 的 奶酪 .

在上面铺上每种奶酪的一半。

[ˌeɪ dɪːˈdiː][əˈnʌðə(r)][wʌn] - [fɔːθ] [ɒv; əv][ðə; ði][təˈmɑːtəʊ] - [miːt] [sɔːs] ; [ðen] [ðə; ði] [rɪˈmeɪnɪŋ]
Add another one - fourth of the tomato - meat sauce ; then the remaining
添加 其他 一 - 第四 的 这 番茄 - 肉 酱 ; 然后 这 其余的
[rɪˈkɒtə] ['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd] [ˌmɒtsəˈrelə] [tʃiːz] .
Ricotta mixture and Mozzarella cheese .
乳清干酪 混合物 和 马苏里拉奶酪 奶酪 .

加入四分之一的番茄肉酱；然后加入剩余的乳清干酪混合物和马苏里拉奶酪。

[sprɛd] [wɪð] [rɪˈmeɪnɪŋ] ['nuːd(ə)lz][ænd; ənd] [sɔːs] .
Spread with remaining noodles and sauce .
传播 和 其余的 面条 和 酱 .

将剩余的面条和酱汁涂抹在面条上。

[tɒp] [wɪð] [rɪˈmeɪnɪŋ] [ˈpɑːməzæn; ˌpɑːməˈzæn] [tʃiːz] .
Top with remaining Parmesan cheese .
顶部 和 其余的 帕尔马干酪 奶酪 .

最后撒上剩余的帕玛森奶酪。

[beɪk] , [ʌnˈkʌvəd] , - ['mɪnɪts] .
Bake , uncovered , 30 minutes .
烤 , 裸露 , - 分钟 .

烤制30分钟，无需盖盖。

[kuːl] - ['mɪnɪts] [bɪˈfɔː(r)] ['sɜːvɪŋ] . -
Cool 10 minutes before serving . 15
凉爽的 - 分钟 前 服务 . -

冷却10分钟后即可食用。15

[nəʊt] :
NOTE :
笔记 :

笔记：

[ləˈzænjə] ['friːzɪz] [wel] [ˈaɪðə(r)][bɪˈfɔː(r)][ɔː(r)][ˈɑːftə(r)] ['beɪkɪŋ] .
Lasagna freezes well either before or after baking .
千层面 冰冻 出色地 任何一个 前 或者 后 烘烤 .

千层面无论是烘烤前还是烘烤后都可以冷冻保存。

[θɔː] [ɪn][rɪˈfrɪdʒəreɪtə(r)] .
Thaw in refrigerator .
解冻 在 冰箱 .

在冰箱中解冻。

[ˈleftəʊvə(r)] [ləˈzænjə] [kæn; kən][ˈɔːlsəʊ][biː; bi][stɔː(r)d][ɪn][ðə; ði][rɪˈfrɪdʒəreɪtə(r)][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][deɪ][ɔː(r)] [tuː]
Leftover lasagna can also be stored in the refrigerator for a day or two
剩余物 千层面 能 还 是 存储 在 这 冰箱 为了 一个 天 或者 二

剩下的千层面也可以放在冰箱里保存一两天。

[ænd; ʌnd] [teɪsts] [dʒʌst][æz; əz] [gʊd] [riːˈhi:t] [æz; əz] [wen] [ˈfreʃli] [beɪkt] .
and tastes just as good reheated as when freshly baked .
和 口味 只是 作为 好的 重新加热 作为 什么时候 新鲜的 烘焙 .

重新加热后味道和刚出炉时一样好。

[muːˈsɑ:kə]
Moussaka
穆萨卡

穆萨卡

([læm] [ænd; ʌnd] [ˈegplɑːnt] [ˈkæsərəʊl])
(lamb and eggplant casserole)
(羊肉 和 茄子 沙锅)

(羊肉茄子砂锅)

[sɪks] [sˈɜːvɪŋz] , [wʌn][kʌp] [i:t]
6 servings , 1 cup each
6 份量 , 1 杯子 每个

6 份，每份 1 杯

[ˈegplɑːnt] , [pɛə] , [slaɪst] [wʌn][smɔːl] ([əˈbaʊt][wʌn][paʊnd])
Eggplant , pared , sliced 1 small (about 1 pound)
茄子 , 精简 , 切片 1 小的 (关于 1 磅)

茄子，去皮，切片 1 个小茄子（约 1 磅）

[sɔːlt] ½ [ˈtiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈflaʊə(r)] , [ˈʌnˈsɪftɪd] ½ [kʌp]
Flour , unsifted ½ cup
面粉 , 未经筛选的 ½ 杯子

未过筛面粉 ½ 杯

[fæt][ɔː(r)][ɔɪl] ¼ [kʌp]
Fat or oil ¼ cup
胖的 或者 油 ¼ 杯子

脂肪或油 ¼ 杯

[ˈʌnjən] , [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] ½ [kʌp]
Onion , finely chopped ½ cup
洋葱 , 精细地 切碎 ½ 杯子

洋葱碎 ½ 杯

[graʊnd] [læm] 1½ [paʊndz]
Ground lamb 1½ pounds
地面 羊肉 1½ 磅

羊肉馅 1.5 磅

[draɪ] [red] [waɪn] ¼ [kʌp]
Dry red wine ¼ cup
干燥 红色的 葡萄酒 ¼ 杯子

干红葡萄酒 ¼ 杯

[tə'mɑ:təʊ] [sɔ:s] ½ [kʌp]
Tomato sauce ½ cup
番茄 酱 ½ 杯子

番茄酱 ½ 杯

[ˈpɑ:slɪ] , [tʃɒpt] [wʌn] ['teɪblspu:n]
Parsley , chopped 1 tablespoon
香菜 , 切碎 1 汤匙

欧芹碎 1 汤匙

[taɪm] ½ ['ti:spu:n]
Thyme ½ teaspoon
百里香 ½ 茶匙

百里香 ½ 茶匙

['pepə(r)] ⅛ ['ti:spu:n]
Pepper ⅛ teaspoon
胡椒 ⅛ 茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[sɔ:lt][wʌn] ['ti:spu:n]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

['bredkrʌmz] , [faɪn][draɪ] ½ [kʌp]
Breadcrumbs , fine dry ½ cup
面包屑 , 美好的 干燥 ½ 杯子

细干面包屑 ½ 杯

[tə'mɑ:təʊz] , [pi:ld] , [slaɪst] [tu:'tu:]
Tomatoes , peeled , sliced 2
西红柿 , 去皮 , 切片 2

去皮切片的西红柿 2个

['jɒgət] [eit] - [aʊns] [kən'teɪnə(r)]
Yogurt 8 - ounce container
酸奶 8 - 盎司 容器

8盎司装酸奶

[eg] [jəʊk] , ['bi:t(ə)n][tu:'tu:]
Egg yolks , beaten 2
蛋 蛋黄 , 被打败 2

打散的蛋黄 2

[ˈpɑ:məzæn; ˌpɑ:mə'zæn] [tʃi:z] , ['greɪtɪd] ¼ [kʌp]
Parmesan cheese , grated ¼ cup
帕尔马干酪 奶酪 , 磨碎的 ¼ 杯子

帕玛森奶酪碎 ¼ 杯

['sprɪŋk(ə)] ['egplɑ:nt] ['slaɪsɪz] [wɪð] ½ ['ti:spu:n] [sɔ:lt] .
Sprinkle eggplant slices with ½ teaspoon salt .
撒 茄子 切片 和 ½ 茶匙 盐 .

在茄子片上撒上½茶匙盐。

[let] [stænd][wʌn]['aʊə(r)] .
Let stand 1 hour .
让 站立 1 小时 .

静置1小时。

[ˌpri:'hi:t] ['ʌv(ə)n][tu:; tə] 375°F .
Preheat oven to 375°F .
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

([ˈmɒdəɹət]) .
(**moderate**) .
(缓和) .

(缓和)。

[ˈɡriːs] [θriː] - [kwɔːt] [ˈkæsəɹətʃ] .
Grease 3 - quart casserole .
润滑脂 3 - 夸脱 沙锅 .

在3夸脱的砂锅里抹油。

[draɪ] [ˈegplɑːnt] [wið] [ˈpeɪpə(r)] [ˈtaʊəl] .
Dry eggplant with paper towel .
干燥 茄子 和 纸 毛巾 .

用厨房纸巾吸干茄子表面的水分。

[kəʊt] [wið] [hɑːf][pʌ; əv][ðə; ði][ˈflaʊə(r)] .
Coat with half of the flour .
外套 和 一半 的 这 面粉 .

裹上一半面粉。

[braʊn] [ˈlaɪtli] [ɪn][fæt] .
Brown lightly in fat .
棕色的 轻轻 在 胖的 .

脂肪层略呈棕色。

[kʊk] [ˈʌnjən][ænd; ənd] [læm] [ʌnˈtɪl] [læm] [ɪz] [ˈlaɪtli] [braʊn] .
Cook onion and lamb until lamb is lightly browned .
厨师 洋葱 和 羊肉 直到 羊肉 是 轻轻 棕色 .

将洋葱和羊肉炒至羊肉略呈褐色。

[dreɪn] [ɒf] [ɪkˈses] [fæt] .
Drain off excess fat .
流走 离开 过量的 胖的 .

沥去多余油脂。

[mɪks][waɪn] , [təˈmɑːtəʊ] [sɔːs] , [ˈpɑːsli] , [taɪm] , [ˈpepə(r)] , [ænd; ənd][wʌn] [ˈtiːspuːn] [sɔːlt] .
Mix wine , tomato sauce , parsley , thyme , pepper , and 1 teaspoon salt .
混合 葡萄酒 , 番茄 酱 , 香菜 , 百里香 , 胡椒 , 和 1 茶匙 盐 .

将葡萄酒、番茄酱、欧芹、百里香、胡椒粉和 1 茶匙盐混合。

[pɔː(r)][ˈəʊvə(r)] [miːt] [ˈmɪkstʃə(r)] .
Pour over meat mixture .
倒 超过 肉 混合物 .

淋在肉馅上。

[kʊk] [ˈəʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] [fɔː(r); fə(r)] - [ˈmɪnɪts] .
Cook over low heat for 15 minutes .
厨师 超过 低的 热 为了 - 分钟 .

小火煮15分钟。

[ˈsprɪŋk(ə)][hɑːf][pʌ; əv][ðə; ði] [ˈbredkrʌmz] [ɪn] [ˈbɒtəm] [pʌ; əv] [ˈkæsəɹətʃ] .
Sprinkle half of the breadcrumbs in bottom of casserole .
撒 一半 的 这 面包屑 在 底部 的 沙锅 .

将一半面包屑撒在砂锅底部。

[əˈreɪndʒ] [ˈegplɑːnt] [ˈslaɪsɪz][ɪn][ˈleɪə(r)][pʌn] [ˈbredkrʌmz] .
Arrange eggplant slices in layer on breadcrumbs .
安排 茄子 切片 在 层 在 面包屑 .

将茄子片一层一层地铺在面包屑上。

[sprɛd] [miːt] [ˈmɪkstʃə(r)][ˈəʊvə(r)] [ˈegplɑːnt] [ˈslaɪsɪz] .
Spread meat mixture over eggplant slices .
传播 肉 混合物 超过 茄子 切片 .

将肉馅涂抹在茄子片上。

[plɛɪs] [tə'mɑ:təʊ][ˈslaɪsɪz][ɒn][tɒp][ɒv; əv] [mi:t] .
Place tomato slices on top of meat .
地方 番茄 切片 在 顶部 的 肉 .

将番茄片放在肉上面。

[bi:t] [ˈjɒɡət] , [eg] [jəʊk] , [ænd; ənd] [rɪ'meɪnɪŋ] [ˈflaʊə(r)][tə'geðə(r)] .
Beat yogurt , egg yolks , and remaining flour together .
打 酸奶 , 蛋 蛋黄 , 和 其余的 面粉 一起 .

将酸奶、蛋黄和剩余的面粉一起搅拌均匀。

[pɔ:(r)][ˈəʊvə(r)][tə'mɑ:təʊ][ˈslaɪsɪz] .
Pour over tomato slices .
倒 超过 番茄 切片 .

将汁淋在番茄片上。

[ˈsprɪŋk(ə)l] [wɪð] [ˈpɑ:məzæn; ,pɑ:mə'zæn] [tʃi:z] .
Sprinkle with Parmesan cheese .
撒 和 帕尔马干酪 奶酪 .

撒上帕玛森奶酪碎。

[tɒp] [wɪð] [rɪ'meɪnɪŋ] [bred] [krʌmz] .
Top with remaining bread crumbs .
顶部 和 其余的 面包 面包屑 .

撒上剩余的面包屑。

[beɪk] - [ˈmɪnɪts] .
Bake 45 minutes .
烤 - 分钟 .

烘烤45分钟。

[breɪzd] [bi:f] [ænd; ənd][ˈvedʒtəb(ə)lz]
Braised beef and vegetables
炖 牛肉 和 蔬菜

红烧牛肉和蔬菜

[saɪks] [sˈɜ:vɪŋz] , [ə'baʊt] 3½ [ˈaʊnsɪz] [mi:t] [ænd; ənd][wʌŋ][kʌp][ˈvedʒtəb(ə)l] [i:tʃ]
6 servings , about 3½ ounces meat and 1 cup vegetable each
6 份量 , 关于 3½ 盎司 肉 和 1 杯子 蔬菜 每个

6人份，每份约含3.5盎司肉和1杯蔬菜。

[bi:f] [tʃʌk] , [ˈbəʊnləs] , ½ - [ɪntʃ] [θɪk] [tu:'tu:] [paʊndz]
Beef chuck , boneless , ½ - inch thick 2 pounds
牛肉 查克 , 无骨 , ½ - 英寸 厚的 2 磅

牛肩肉，去骨，半英寸厚，2磅

[ˈflaʊə(r)] ¼ [kʌp]
Flour ¼ cup
面粉 ¼ 杯子

面粉 ¼ 杯

[sɔ:lt][wʌŋ] [ˈti:spu:n]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[ˈpepə(r)] ⅛ [ˈti:spu:n]
Pepper ⅛ teaspoon
胡椒 ⅛ 茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[fæt][ɔ:(r)][ɔɪl][tu:'tu:] [ˈteɪbəlspu:nz]
Fat or oil 2 tablespoons
胖的 或者 油 2 汤匙

脂肪或油 2 汤匙

[ˈwɔːtə(r)] ½ [kʌp]
Water ½ cup
水 ½ 杯子

水 ½ 杯

[ˈʌnjənz] [saɪks] [smɔːl]
Onions 6 small
洋葱 6 小的

洋葱 6 个小

[ˈkærəts] , [kʌt] [ˈɪntuː][tuːˈtuː] - [ɔː(r)] [θriː] - [ɪntʃ] [ˈpiːsɪz] [saɪks] [ˈmiːdiəm]
Carrots , cut into 2 - or 3 - inch pieces 6 medium
胡萝卜 , 切 进入 2 - 或者 3 - 英寸 件 6 中等的

胡萝卜，切成 2 或 3 英寸长的段，6 根中等大小的胡萝卜。

[ˈseləri] , [kʌt] [ˈɪntuː][wʌn] - [ɪntʃ] [ˈpiːsɪz] [θriː] [stɔːks]
Celery , cut into 1 - inch pieces 3 stalks
芹菜 , 切 进入 1 - 英寸 件 3 茎

芹菜，切成 1 英寸长的段，共 3 根

[pəˈteɪtəʊz] , [ˈkwɔːtəd] [saɪks] [smɔːl]
Potatoes , quartered 6 small
土豆 , 四分 6 小的

土豆，切成四瓣，6个小土豆

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n] [tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

([ˈmɒdərət]) .
(**moderate**) .
(缓和) .

(缓和)。

[kʌt] [miːt] [ˈɪntuː][saɪks] [ˈsɜːvɪŋ] [ˈpiːsɪz] .
Cut meat into six serving pieces .
切 肉 进入 六 服务 件 .

将肉切成六份。

[mɪks][ˈflaʊə(r)][ænd; ənd] [ˈsiːznɪŋz] ; [kəʊt] [miːt] [wɪð] [ˈmɪkstʃə(r)] .
Mix flour and seasonings ; coat meat with mixture .
混合 面粉 和 调味料 ; 外套 肉 和 混合物 .

将面粉和调味料混合；将混合物涂抹在肉上。

[hiːt] [fæt][ɪn] [lɑːdʒ] [ˈfraɪpæn] .
Heat fat in large frypan .
热 胖的 在 大的 煎锅 .

在大煎锅中加热油脂。

[braʊn] [miːt] [ɒn][bəʊθ][saɪdz] , [ˈtɜːnɪŋ] [wʌns] .
Brown meat on both sides , turning once .
棕色的 肉 在 两个都 侧面 , 转弯 一次 .

两面煎至棕色，翻面一次。

[pleɪs] [braʊn] [miːt] [ɪn] [lɑːdʒ] [ˈbeɪkɪŋ] [pæn] .
Place browned meat in large baking pan .
地方 棕色 肉 在 大的 烘烤 平底锅 .

将煎好的肉放入大的烤盘中。

[ˌeɪ dɪːˈdiː][ˈwɔːtə(r)] , [ˈʌnjənz] , [ˈkærəts] , [ænd; ənd] [ˈseləri] .
Add water , onions , carrots , and celery .
添加 水 , 洋葱 , 胡萝卜 , 和 芹菜 .

加入水、洋葱、胡萝卜和芹菜。

[ˈkʌvə(r)][ænd; ənd] [beɪk] [wʌŋ][ˈaʊə(r)] .
Cover and bake 1 hour .
覆盖 和 烤 1 小时 .

盖上盖子，烘烤1小时。

[eɪ diː ˈdiː][pəˈteɪtəʊz] , [ˈkʌvə(r)] , [ænd; ənd] [beɪk] - [ˈmɪnɪts] [lɒŋɡə(r)][ɔː(r)][ʌnˈtɪl][ˈvedʒtəb(ə)lz][ɑː(r); ə(r)]
Add potatoes , cover , and bake 45 minutes longer or until vegetables are
添加 土豆 , 覆盖 , 和 烤 - 分钟 更长 或者 直到 蔬菜 是
[ˈtendə(r)] .
tender .
投标 .

加入土豆，盖上盖子，再烤 45 分钟或直到蔬菜变软。

[rɪˈmuːv] [miːt] [ænd; ənd][ˈvedʒtəb(ə)lz][frɒm; frəm][ˈlɪkwɪd][brɪˈfɔː(r)] [ˈsɜːvɪŋ] .
Remove meat and vegetables from liquid before serving .
消除 肉 和 蔬菜 从 液体 前 服务 .

食用前将肉和蔬菜从汤汁中取出。

[meɪk] [ˈgreɪvɪ] [wɪð] [ˈlɪkwɪd] , [ɪf] [dɪˈzaɪəd] . -
Make gravy with liquid , if desired . 16
制作 肉汁 和 液体 , 如果 想要的 . -

如果需要，可以用液体做成肉汁。16

[ˈsaʊə,brɑːt(ə)n]
Sauerbraten
酸菜炖牛肉

酸菜炖牛肉

- [sˈɜːvɪŋz] , [θriː] [ˈaʊnsɪz] [iːt]
12 servings , 3 ounces each
- 份量 , 3 盎司 每个

12份，每份3盎司。

[ˈʌŋjənz] , [slaɪst] [tuːˈtuː][kʌps]
Onions , sliced 2 cups
洋葱 , 切片 2 杯子

洋葱片 2 杯

[ˈlemən] [dʒuːs] ¼ [kʌp]
Lemon juice ¼ cup
柠檬 汁 ¼ 杯子

柠檬汁 ¼ 杯

[ˈvɪnɪɡə(r)] 1½ [kʌps]
Vinegar 1½ cups
醋 1½ 杯子

醋 1.5 杯

[ˈʃʊɡə(r)][wʌŋ] [ˈteɪblspuːn]
Sugar 1 tablespoon
糖 1 汤匙

糖 1 汤匙

[kləʊvz] , [həʊl] -
Cloves , whole 12
丁香 , 所有的 -

丁香，整粒 12 粒

[beɪ] [liːvz] [fɔːr]
Bay leaves 4
湾 树叶 4

月桂叶 4 片

[ˈpepə(r)] ¼ [ˈtiːspuːn]
Pepper ¼ teaspoon
胡椒 ¼ 茶匙

胡椒粉¼茶匙

[sɔːlt][tuːˈtuː] [ˈtiːspuːn]
Salt 2 teaspoons
盐 2 茶匙

盐 2 茶匙

[biːf] [rʌmp] [rəʊst] , [ˈbəʊnləs] [əˈbaʊt] 3½ [paʊndz]
Beef rump roast , boneless About 3½ pounds
牛肉 臀部 烤 , 无骨 关于 3½ 磅
去骨牛臀肉烤肉，约3.5磅

[fæt][ɔː(r)][ɔɪl][tuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz]
Fat or oil 2 tablespoons
胖的 或者 油 2 汤匙

脂肪或油 2 汤匙

[ˈkʊkɪŋ] [ˈlɪkwɪd][ænd; ənd][ˈwɔːtə(r)] 1½ [kʌps]
Cooking liquid and water 1½ cups
烹饪 液体 和 水 1½ 杯子

烹饪液和水 1.5 杯

[kəʊld][ˈwɔːtə(r)] ½ [kʌp]
Cold water ½ cup
寒冷的 水 ½ 杯子

冷水 ½ 杯

[ˈdʒɪndʒəˌsnæp] , [krʌʃt] ½ [kʌp]
Gingersnaps , crushed ½ cup
姜饼 , 碎 ½ 杯子

姜饼碎 ½ 杯

[tuː] [deɪz] [brɪˈfɔː(r)] :
Two days before :
二 天 前 :

两天前：

[mɪks] [ˈʌŋjənz] , [ˈlemən][dʒuːs] , [ˈvɪnɪɡə(r)] , [ˈʊɡə(r)] , [kləʊnz] , [beɪ] [liːvz] , [ˈpepə(r)] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
Mix onions , lemon juice , vinegar , sugar , cloves , bay leaves , pepper , and salt .
混合 洋葱 , 柠檬 汁 , 醋 , 糖 , 丁香 , 湾 树叶 , 胡椒 , 和 盐 .
将洋葱、柠檬汁、醋、糖、丁香、月桂叶、胡椒和盐混合。

[pleɪs] [rəʊst][ɪn] [bəʊl] .
Place roast in bowl .
地方 烤 在 碗 .

将烤肉放入碗中。

[pɔː(r)] [ˈʌŋjən] [ˈmɪkstʃə(r)][ˈəʊvə(r)] [rəʊst] .
Pour onion mixture over roast .
倒 洋葱 混合物 超过 烤 .

将洋葱混合物浇在烤肉上。

[let] [stænd][ɪn][rɪˈfrɪdʒəreɪtə(r)][fɔː(r); fə(r)] - [ˈaʊəz] .
Let stand in refrigerator for 48 hours .
让 站立 在 冰箱 为了 - 小时 .

放入冰箱冷藏48小时。

[tɜːn] [rəʊst][ˈəʊvə(r)][ɪn] [bəʊl] [ˌhɑːfweɪ] [θruː] [ˈstændɪŋ] [ˈpɪəriəd] .
Turn roast over in bowl halfway through standing period .
转动 烤 超过 在 碗 半 通过 常设 时期 .

烤肉静置过程中，中途将烤肉翻面。

[ðə; ði] [deɪ] [ɒv; əv] ['sɜːvɪŋ] :
The day of serving :
这 天 的 服务 :

服役日:

[rɪ'muːv] [rəʊst][frɒm; frəm] ['ʌŋjən] ['mɪkstʃə(r)] ; [dreɪn] .
Remove roast from onion mixture ; drain .
消除 烤 从 洋葱 混合物 ; 流走 .

将烤肉从洋葱混合物中取出；沥干水分。

[braʊn] [mi:t] [ɪn][fæt][ɪn] ['hevi] [pæn] .
Brown meat in fat in heavy pan .
棕色的 肉 在 胖的 在 重的 平底锅 .

用厚底锅将肉在油脂中煎至棕色。

[,eɪ diː 'diː] ['ʌŋjən] ['mɪkstʃə(r)] .
Add onion mixture .
添加 洋葱 混合物 .

加入洋葱混合物。

['sɪmə(r)] [ʌn'tɪl] ['tendə(r)] , [ə'baʊt] 2½ ['aʊəz] .
Simmer until tender , about 2½ hours .
煨 直到 投标 , 关于 2½ 小时 .

小火慢炖至软烂，约2.5小时。

[rɪ'muːv] [mi:t] ; [streɪn] ['kʊkɪŋ] ['lɪkwɪd] .
Remove meat ; strain cooking liquid .
消除 肉 ; 拉紧 烹饪 液体 .

取出肉；过滤煮肉的汤汁。

[hi:t] ['kʊkɪŋ] ['lɪkwɪd][ænd; ɐnd][ˈwɔːtə(r)][tuː; tə] ['bɔɪlɪŋ] .
Heat cooking liquid and water to boiling .
热 烹饪 液体 和 水 到 沸腾 .

将烹饪液体和水加热至沸腾。

[mɪks][kəʊld][ˈwɔːtə(r)][ænd; ɐnd]['dʒɪndʒə,snæp] .
Mix cold water and gingersnaps .
混合 寒冷的 水 和 姜饼 .

将冷水和姜饼混合。

[stɜː(r)][ɪntuː] ['bɔɪlɪŋ] ['lɪkwɪd] .
Stir into boiling liquid .
搅拌 进入 沸腾 液体 .

搅拌至沸腾的液体中。

[kʊk] , ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] , [ʌn'tɪl] ['θɪkənd] .
Cook , stirring constantly , until thickened .
厨师 , 搅拌 不断地 , 直到 增稠 .

不断搅拌，煮至浓稠。

[sleɪs] [rəʊst] ['ɪntuː] [θɪn] ['sleɪsɪz] .
Slice roast into thin slices .
片 烤 进入 薄的 切片 .

将烤肉切成薄片。

[sɜːv] [wɪð] ['dʒɪndʒə,snæp][ˈgreɪvi] .
Serve with gingersnap gravy .
服务 和 姜饼 肉汁 .

佐以姜饼肉汁食用。

[ki:] [lɔː'reɪn]
Quiche Lorraine
乳蛋饼 洛林

洛林乳蛋饼

[sɪks] [s'ɜːvɪŋz]
6 servings
6 份量

6人份

[ˈbeɪkən][eɪt] [ˈaʊnsɪz]
Bacon 8 ounces
熏肉 8 盎司

培根 8 盎司

[ˈpeɪstri] [ʃel] , [ʌnˈbeɪkt] [naɪn] - [ɪntʃ]
Pastry shell , unbaked 9 - inch
糕点 壳 , 未烘焙的 9 - 英寸

未烘焙的9英寸酥皮

[swɪs] [tʃiːz] , [ˈnætʃ(ə)rəl] , [ˈkɔːsli] [ˈʃredɪd] 1½ [kʌps] ([ˈseɪvən] [ˈaʊnsɪz])
Swiss cheese , natural , coarsely shredded 1½ cups (7 ounces)
瑞士 奶酪 , 自然的 , 粗略地 碎 1½ 杯子 (7 盎司)

瑞士奶酪，天然，粗切丝 1½ 杯（7 盎司）

[sɔːlt] ¾ [ˈtiːspuːn]
Salt ¾ teaspoon
盐 ¾ 茶匙

盐 ¾ 茶匙

[ˈpepə(r)] ¼ [ˈtiːspuːn]
Pepper ¼ teaspoon
胡椒 ¼ 茶匙

胡椒粉 ¼ 茶匙

[keɪˈen] [dæʃ]
Cayenne Dash
辣椒 短跑

Cayenne Dash

[ˈnʌtmeg] [dæʃ]
Nutmeg Dash
肉豆蔻 短跑

肉豆蔻粉

[egz] [fɔːr]
Eggs 4
鸡蛋 4

鸡蛋 4

[hɑːf] - [ænd; ənd] - [hɑːf] 1½ [kʌps]
Half - and - half 1½ cups
一半 - 和 - 一半 1½ 杯子

半奶油 1.5 杯

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 375°F .
Preheat oven to 375°F .
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

([ˈmɒdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[kʌt] [ˈbeɪkən][ˈɪntuː] [ˈpiːsɪz] [ænd; ənd][fraɪ][ʌnˈtɪl] [ˈbraʊn] [ænd; ənd] [ˈveri] [krɪsp] .
Cut bacon into pieces and fry until brown and very crisp .
切 熏肉 进入 件 和 炒 直到 棕色的 和 非常 脆 .

将培根切成小块，煎至棕色酥脆。

[dreɪn] [wel] .
Drain well .
流走 出色地 .

排水良好。

[ˈkrʌmb(ə)l][ˈbeɪkən][ˈɪntuː][ˈpeɪstri] [[el] .
Crumble bacon into pastry shell .
崩溃 熏肉 进入 糕点 壳 .

将培根碎撒入酥皮中。

[ˈsprɪŋk(ə)l] [tʃiːz] [ˈəʊvə(r)][ðə; ði][ˈbeɪkən] .
Sprinkle cheese over the bacon .
撒 奶酪 超过 这 熏肉 .

在培根上撒上奶酪。

[mɪks] [ˈsiːznɪŋz] [ænd; ɐnd][ˈsprɪŋk(ə)l][ˈəʊvə(r)] [tʃiːz] .
Mix seasonings and sprinkle over cheese .
混合 调味料 和 撒 超过 奶酪 .

将调味料混合，撒在奶酪上。

[biːt] [egz] [ænd; ɐnd][hɑːf] - [ænd; ɐnd] - [hɑːf][təˈgeðə(r)] .
Beat eggs and half - and - half together .
打 鸡蛋 和 一半 - 和 - 一半 一起 .

将鸡蛋和半奶油搅拌在一起。

[pɔː(r)][ˈəʊvə(r)] [tʃiːz] [ænd; ɐnd][ˈbeɪkən] .
Pour over cheese and bacon .
倒 超过 奶酪 和 熏肉 .

淋上奶酪和培根。

[beɪk] - [ˈmɪnɪts] [ɔː(r)][ʌnˈtɪl] [ˈlaɪtli] [braʊn] [ænd; ɐnd][ə; eɪ] [naɪf] [ɪnˈsɜːtɪd] [ˈɪntuː][ðə; ði][ˈsentə(r)]
Bake 45 minutes or until lightly browned and a knife inserted into the center
烤 - 分钟 或者 直到 轻轻 棕色 和 一个 刀 插入 进入 这 中心
[ˈkʊmz] [aʊt] [kliːn] .
comes out clean .
来 出去 干净的 .

烘烤 45 分钟或直至表面呈浅棕色，用刀插入中心取出时刀面干净即可。

[ˈhæmbɜːgə(r)][ˈpɑːməzæn; ˌpɑːməˈzæn]
Hamburger Parmesan
汉堡包 帕尔马干酪

帕尔马干酪汉堡

[sɪks] [sˈɜːvɪŋz] , [wʌn] [ˈpæti] [iːt]
6 servings , 1 patty each
6 份量 , 1 肉饼 每个

份，每份 1 个肉饼

[graʊnd] [biːf] [raʊnd] 1½ [paʊndz]
Ground beef round 1½ pounds
地面 牛肉 圆形的 1½ 磅

牛肉馅（牛臀肉） 1.5磅

[sɔːlt] ½ [ˈtiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈpepə(r)] ⅛ [ˈtiːspuːn]
Pepper ⅛ teaspoon
胡椒 ⅛ 茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[ˈflaʊə(r)] , [ˈʌnˈsiftɪd] ¼ [kʌp]
Flour , **unsifted** **¼ cup**
面粉 , 未经筛选的 ¼ 杯子

未过筛面粉 ¼ 杯

[egz] , [ˈbi:t(ə)n][tu:ˈtu:]
Eggs , **beaten** **2**
鸡蛋 , 被打败 2

打散的鸡蛋 2

[ˈbredkrʌmz] , [faɪn][draɪ][wʌn][kʌp]
Breadcrumbs , **fine dry** **1 cup**
面包屑 , 美好的 干燥 1 杯子

细干面包屑 1 杯

[fæt][ɔ:(r)][ɔɪl][θri:] ['teɪbəlspu:nz]
Fat or oil **3 tablespoons**
胖的 或者 油 3 汤匙

脂肪或油 3 汤匙

[ˌmɒtsəˈrelə] [tʃi:z] [sɪks]['slaɪsɪz]
Mozzarella cheese **6 slices**
马苏里拉奶酪 奶酪 6 切片

马苏里拉奶酪 6 片

[ˈmʌʃrʊm] [ˈpi:sɪz] , [dreɪnd] [fɔ:r] - [aʊns] [kæn; kən]
Mushroom pieces , **drained** **4 - ounce can**
蘑菇 件 , 排水 4 - 盎司 能

蘑菇块，沥干水分，4盎司罐装

[spəˈgeti] [sɔ:s] - - [aʊns] [kæn; kən]
Spaghetti sauce **15 - ounce can**
意大利细面条 酱 - - 盎司 能

15盎司罐装意大利面酱

[ˈpɑ:məzæn; ˌpɑ:məˈzæn] [tʃi:z] [θri:] tablespoons17
Parmesan cheese **3 tablespoons17**
帕尔马干酪 奶酪 3 tablespoons17

帕玛森奶酪 3 汤匙 17

[ˌpri:ˈhi:t] [ˈʌv(ə)n][tu:; tə] 400°F .
Preheat oven to 400°F .
预热 烤箱 到 400°F .

将烤箱预热至华氏400度。

([hɒt]) .
(hot) .
(热的) .

(热的)。

[ˈdʒentli][mɪks] [graʊnd] [bi:f] [wɪð] [sɔ:lt][ænd; ənd][ˈpepə(r)] .
Gently mix ground beef with salt and pepper .
轻轻地 混合 地面 牛肉 和 盐 和 胡椒 .

将牛肉末与盐和胡椒粉轻轻拌匀。

[ʃeɪp] [ˈɪntu:][sɪks] [ˈpætiz] [əˈbaʊt] ½ [ɪntʃ] [θɪk] .
Shape into six patties about ½ inch thick .
形状 进入 六 肉饼 关于 ½ 英寸 厚的 .

将面团捏成六个约 ½ 英寸厚的肉饼。

[kəʊt] [i:tʃ] [ˈpæti] [wɪð] [ˈflaʊə(r)] ; [dɪp][ˈɪntu:] [egz] .
Coat each patty with flour ; dip into eggs .
外套 每个 肉饼 和 面粉 ; 蘸 进入 鸡蛋 .

将每个肉饼裹上面粉；蘸上蛋液。

[kəʊt] [wɪð] ['bredkrʌmz] .
Coat with breadcrumbs .
外套 和 面包屑 .

裹上面包屑。

[braʊn] ['pætɪz] [ɪn][fæt] .
Brown patties in fat .
棕色的 肉饼 在 胖的 .

脂肪包裹的棕色肉饼。

[ə'reɪndʒ] ['pætɪz] [ɪn]['sɪŋ(ə)l]['leɪə(r)][ɪn] ['beɪkɪŋ] [pæn] , [ə'baʊt] - [baɪ][naɪn][baɪ][tu:'tu:] ['ɪntʃɪz] .
Arrange patties in single layer in baking pan , about 13 by 9 by 2 inches .
安排 肉饼 在 单身的 层 在 烘烤 平底锅 , 关于 - 经过 9 经过 2 英寸 .

将肉饼单层平铺在烤盘中，烤盘尺寸约为 13 x 9 x 2 英寸。

[tɒp] [i:tʃ] ['pæti] [wɪð] [ə; eɪ][slaɪs][ɒv; əv] [ˌmɒtsə'relə] [tʃi:z] .
Top each patty with a slice of Mozzarella cheese .
顶部 每个 肉饼 和 一个 片 的 马苏里拉奶酪 奶酪 .

在每个肉饼上放一片马苏里拉奶酪。

[pleɪs] ['mʌʃrʊm] ['pi:sɪz] [ɒn][tɒp][ɒv; əv] [tʃi:z] - ['kʌvəd] ['pætɪz] .
Place mushroom pieces on top of cheese - covered patties .
地方 蘑菇 件 在 顶部的 的 奶酪 - 涵盖 肉饼 .

将蘑菇片放在裹着奶酪的肉饼上。

[tɒp] [wɪð] [spə'geti] [sa:s] .
Top with spaghetti sauce .
顶部 和 意大利细面条 酱 .

淋上意大利面酱。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] ['pɑ:məzæn; ,pɑ:mə'zæn] [tʃi:z] .
Sprinkle with Parmesan cheese .
撒 和 帕尔马干酪 奶酪 .

撒上帕玛森奶酪碎。

[beɪk] - ['mɪnɪts] [ɔ:(r)][ʌn'tɪl] [sa:s] [ɪz] ['bʌbli] [ænd; ənd] [tʃi:z] ['meltɪd] .
Bake 25 minutes or until sauce is bubbly and cheese melted .
烤 - 分钟 或者 直到 酱 是 起泡酒 和 奶酪 融化 .

烤25分钟或直到酱汁冒泡、奶酪融化。

['vedʒtəb(ə)lɪz]
Vegetables
蔬菜

蔬菜

[kɔ:n] ['pʊdɪŋ]
Corn pudding
玉米 布丁

玉米布丁

[saɪks] [s'ɜ:vɪŋz] , [ə'baʊt] ⅔ [kʌp] [i:tʃ]
6 servings , about ⅔ cup each
6 份量 , 关于 ⅔ 杯子 每个

人份，每人约 ⅔ 杯

['frəʊz(ə)n] [kɔ:n] , [həʊl] ['kɜ:n(ə)l] 3½ [kʌps]
Frozen corn , whole kernel 3½ cups
冷冻 玉米 , 所有的 核心 3½ 杯子

冷冻玉米粒（整粒）3.5 杯

[mɪlk][wʌn][kʌp]
Milk 1 cup
牛奶 1 杯子

牛奶 1 杯

[egz] , ['slɑ:tli] ['bi:t(ə)n][θri:]
Eggs , slightly beaten 3
鸡蛋 , 轻微地 被打败 3

鸡蛋，略微打散 3 个

[sɔ:lt][wʌn] ['ti:spu:n]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

['pepə(r)] ⅓ ['ti:spu:n]
Pepper ⅓ teaspoon
胡椒 ⅓ 茶匙

胡椒粉⅓茶匙

['bʌtə(r)][ɔ:(r)][,mɑ:dʒə'ri:n] , ['meltɪd] [,tu:'tu:] ['teɪbəl,spu:nz]
Butter or margarine , melted 2 tablespoons
黄油 或者 人造黄油 , 融化 2 汤匙

融化的黄油或人造黄油 2 汤匙

['ʃʊgə(r)][θri:] ['teɪbəl,spu:nz]
Sugar 3 tablespoons
糖 3 汤匙

糖 3 汤匙

[,pri:'hi:t] ['ʌv(ə)n][tu:; tə] 325°F .
Preheat oven to 325°F .
预热 烤箱 到 325°F .

将烤箱预热至325°F。

([sləʊ]) .
(**slow**) .
(慢的) .

(慢的)。

[gri:s] 1½ - [kwɔ:t] ['kæsərəʊl] .
Grease 1½ - quart casserole .
润滑脂 1½ - 夸脱 沙锅 .

在1.5夸脱的砂锅里抹油。

[kʊk] [kɔ:n] [ə'kɔ:dɪŋ] [tu:; tə] ['pækɪdʒ] [də'rekʃ(ə)nz] .
Cook corn according to package directions .
厨师 玉米 根据 到 包裹 方向 .

按照包装说明烹煮玉米。

[dreɪn] .
Drain .
流走 .

流走。

[skɔ:ld][mɪlk] .
Scald milk .
烫伤 牛奶 .

用开水烫牛奶。

[mɪks] [rɪ'meɪnɪŋ] [ɪn'gri:diənts] [tə'geðə(r)] .
Mix remaining ingredients together .
混合 其余的 原料 一起 .

将剩余的材料混合在一起。

['sləʊli] [eɪ di: 'di:] [hɒt] [mɪlk] [tu:; tə] [eg] ['mɪkstʃə(r)] .
Slowly add hot milk to egg mixture .
缓慢地 添加 热的 牛奶 到 蛋 混合物 .

慢慢地将热牛奶倒入蛋液中。

[ˌeɪ dɪː ˈdiː] [kɔːn] .
Add corn .
添加 玉米 .

加入玉米。

[pɔː(r)][ˈɪntuː] [ˈkæsəɾəʊl] .
Pour into casserole .
倒 进入 沙锅 .

倒入砂锅中。

[beɪk] - [ˈmɪnɪts] [ɔː(r)][ʌnˈtɪl] [set] .
Bake 30 minutes or until set .
烤 - 分钟 或者 直到 放 .

烘烤30分钟或直至凝固。

[nəʊt] : [ɪnˈsted] [ɒv; əv][ˈfrəʊz(ə)n] [kɔːn] , [juːz] [tuː] - - [aʊns] [kænz] [həʊl] - [ˈkɜːn(ə)l] [kɔːn] , [ˈhiːtɪd]
NOTE : Instead of frozen corn , use two 17 - ounce cans whole - kernel corn , heated
笔记 : 反而 的 冷冻 玉米 , 使用 二 - - 盎司 罐头 所有的 - 核心 玉米 , 加热
[ʌnˈtɪl] [ˈbɔɪlɪŋ] [ænd; ənd] [dreɪnd] .
until boiling and drained .
直到 沸腾 和 排水 .

注意： 不要使用冷冻玉米，而是使用两罐 17 盎司的整粒玉米，加热至沸腾后沥干水分。

[ˈkæbɪdʒ] [kʊkt] [ɪn][mɪlk]
Cabbage cooked in milk
卷心菜 煮熟 在 牛奶

用牛奶煮的卷心菜

[sɪks] [sˈɜːvɪŋz] , ½ [kʌp] [iːt]
6 servings , ½ cup each
6 份量 , ½ 杯子 每个

份，每份 ½ 杯

[ˈkæbɪdʒ] , [ˈfredɪd] [wʌn] [kwɔːt]
Cabbage , shredded 1 quart
卷心菜 , 碎 1 夸脱

卷心菜丝 1 夸脱

[mɪlk] 1½ [kʌps]
Milk 1½ cups
牛奶 1½ 杯子

牛奶 1.5 杯

[ˈflaʊə(r)][tuːˈtuː] [ˈteɪbəl,spuːnz]
Flour 2 tablespoons
面粉 2 汤匙

面粉 2 汤匙

[ˈbʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒəˈriːn] , [ˈmeltɪd] [tuːˈtuː] [ˈteɪbəl,spuːnz]
Butter or margarine , melted 2 tablespoons
黄油 或者 人造黄油 , 融化 2 汤匙

融化的黄油或人造黄油 2 汤匙

[sɔːlt][wʌn] [ˈtiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[ˈpepə(r)] [dæʃ]
Pepper Dash
胡椒 短跑

胡椒冲刺

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ˈkæbɪdʒ] [tuː; tə] [mɪlk] [ænd; ənd] [ˈsɪmə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [tuːˈtuː] [ˈmɪnɪts] .
Add cabbage to milk and simmer for 2 minutes .
添加 卷心菜 到 牛奶 和 煨 为了 2 分钟 .

将卷心菜加入牛奶中，小火煮2分钟。

[mɪks] [ðə; ði] [ˈflaʊə(r)] [ænd; ənd] [fæt] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː ˈdiː] [ə; eɪ] [ˈlɪt(ə)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [hɒt] [mɪlk] .
Mix the flour and fat and add a little of the hot milk .
混合 这 面粉 和 胖的 和 添加 一个 小的 的 这 热的 牛奶 .

将面粉和油脂混合，加入少许热牛奶。

[stɜː(r)] [ˈɪntuː] [ˈkæbɪdʒ] [ænd; ənd] [kʊk] [fɔː(r); fə(r)] [θriː] [ɔː(r)] [fɔːr] [ˈmɪnɪts] [ʌnˈtɪl] [ˈθɪkənd] , [ˈstɜːrɪŋ]
Stir into cabbage and cook for 3 or 4 minutes until thickened, stirring
搅拌 进入 卷心菜 和 厨师 为了 3 或者 4 分钟 直到 增稠 , 搅拌
[ˈkɒnstəntli] .
constantly .
不断地 .

将汤汁倒入卷心菜中，不断搅拌，煮3到4分钟，直到汤汁变稠。

[ˈsiːz(ə)n] [wɪð] [sɔːlt] [ænd; ənd] [ˈpepə(r)] .
Season with salt and pepper .
季节 和 盐 和 胡椒 .

用盐和胡椒调味。

[ˈegplɑːnt] - [təˈmɑːtəʊ] [ˈkæsərəʊl]
Eggplant - tomato casserole
茄子 - 番茄 沙锅

茄子番茄砂锅

[saɪks] [sˈɜːvɪŋz] , ¾ [kʌp] [iːt]
6 servings, ¾ cup each
6 份量 , ¾ 杯子 每个

份，每份 ¾ 杯

[ˈʌnjən] , [tʃɒpt] [wʌn] [lɑːdʒ]
Onion, chopped 1 large
洋葱 , 切碎 1 大的

洋葱，切碎 1 个大

[ˈegplɑːnts] , [piːld] [ænd; ənd] [daɪst] [tuːˈtuː] [smɔːl]
Eggplants, peeled and diced 2 small
茄子 , 去皮 和 切丁 2 小的

去皮切丁的茄子 2 个小茄子

[ˈbʌtə(r)] [ɔː(r)] [ˌmɑːdʒəˈriːn] ¼ [kʌp]
Butter or margarine ¼ cup
黄油 或者 人造黄油 ¼ 杯子

黄油或人造黄油 ¼ 杯

[təˈmɑːtəʊz] , [dreɪnd] - - [aʊns] [kæn; kən]
Tomatoes, drained 28 - ounce can
西红柿 , 排水 - - 盎司 能

番茄罐头（沥干水分，28盎司/罐）

[sɔːlt] [wʌn] [ˈtiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[ˈpepə(r)] ⅛ [ˈtiːspuːn]
Pepper ⅛ teaspoon
胡椒 ⅛ 茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[kɔːn] [fleɪk] [krʌmz] ¼ [kʌp]
Corn flake crumbs ¼ cup
玉米 薄片 面包屑 ¼ 杯子

玉米片碎屑 ¼ 杯

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

([ˈmɒdəreɪt]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[kʊk] [ˈʌnjən][ænd; ənd] [ˈegplɑːnt] [ɪn][fæt][ʌnˈtɪl][ˈgəʊldən] [braʊn] .
Cook onion and eggplant in fat until golden brown .
厨师 洋葱 和 茄子 在 胖的 直到 金的 棕色的 .

将洋葱和茄子用油炒至金黄色。

[ˌeɪ diː ˈdiː][təˈmɑːtəʊz] , [sɔːlt] , [ænd; ənd][ˈpepə(r)] .
Add tomatoes , salt , and pepper .
添加 西红柿 , 盐 , 和 胡椒 .

加入番茄、盐和胡椒粉。

[mɪks] [ˈθʌrəli] .
Mix thoroughly .
混合 彻底 .

充分搅拌。

[pɔː(r)][ˈɪntuː] [ˈkæsəreɪʃl] [ænd; ənd][tɒp] [wɪð] [krʌmz] .
Pour into casserole and top with crumbs .
倒 进入 沙锅 和 顶部 和 面包屑 .

倒入砂锅中，撒上面包屑。

[beɪk] - [ˈmɪnɪts] . -
Bake 30 minutes . 18
烤 - 分钟 . -

烘烤30分钟。18

[ˈsɔːsɪz]
Sauces
酱汁

酱汁

[mɒk] [ˌhɒlənˈdeɪz] [sɔːs]
Mock hollandaise sauce
嘲笑 荷兰酱 酱

仿荷兰酱

[saɪks] [sˈɜːvɪŋz] , [tuːˈtuː] [ˈteɪbəlspuːnz] [iːtʃ]
6 servings , 2 tablespoons each
6 份量 , 2 汤匙 每个

人份，每人 2 汤匙

[kriːm] [tʃiːz] , [ˈsɔfənd] [θriː] - [aʊns] [ˈpækɪdʒ]
Cream cheese , softened 3 - ounce package
奶油 奶酪 , 软化 3 - 盎司 包裹

软化的奶油奶酪，3盎司包装

[eg] , [ˈbiːt(ə)n][wʌn]
Egg , beaten 1
蛋 , 被打败 1

鸡蛋，打散 1

[ˈlemən] [dʒuːs][ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz]
Lemon juice **2** **tablespoons**
柠檬 汁 2 汤匙

柠檬汁 2 汤匙

[mɪlk][ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz]
Milk **2** **tablespoons**
牛奶 2 汤匙

牛奶 2 汤匙

[sɔːlt] ⅛ [ˈtiːspuːn]
Salt **⅛** **teaspoon**
盐 ⅛ 茶匙

盐⅛茶匙

[biːt] [kriːm] [tʃiːz] [ænd; ənd] [eg] [təˈgeðə(r)] [ʌnˈtɪl] [smuːð] .
Beat cream cheese **and** **egg together until smooth** .
打 奶油 奶酪 和 蛋 一起 直到 光滑的 .

用打蛋器将奶油奶酪和鸡蛋一起搅拌至顺滑。

[ˌeɪ diː ˈdiː][ˈlemən][dʒuːs] , [mɪlk] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
Add lemon juice , **milk** , **and** **salt** .
添加 柠檬 汁 , 牛奶 , 和 盐 .

加入柠檬汁、牛奶和盐。

[mɪks] [wel] .
Mix well .
混合 出色地 .

充分搅拌。

[kʊk] [ˈəʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] , [ˈstɜːrɪŋ] [ˈkɒnstəntli] , [ʌnˈtɪl] [sɔːs] [ɪz] [θɪk] [ænd; ənd] [ˈflʌfi] .
Cook over low heat , **stirring constantly** , **until sauce is thick** **and** **fluffy** .
厨师 超过 低的 热 , 搅拌 不断地 , 直到 酱 是 厚的 和 蓬松的 .

用小火慢煮，不断搅拌，直到酱汁浓稠蓬松。

[ˈsælədʒ]
Salads
沙拉

沙拉

[ˈdʒelɪd][ˈvedʒtəb(ə)] [ˈsæləd]
Jellied vegetable salad
果冻 蔬菜 沙拉

蔬菜冻沙拉

[sɪks] [sˈɜːvɪŋz] , ½ [kʌp] [iːt]
6 servings , **½ cup each**
6 份量 , ½ 杯子 每个

份，每份 ½ 杯

[ˈlemən] - [ˈfleɪvəd] [ˈdʒelətɪn][θəriː] - [aʊns] [ˈpækɪdʒ]
Lemon - flavored gelatin **3** - **ounce package**
柠檬 - 调味 明胶 3 - 盎司 包裹

柠檬味明胶，3盎司包装

[ʌnˈfleɪvəd] [ˈdʒelətɪn][wʌn] [ˈtiːspuːn]
Unflavored gelatin **1** **teaspoon**
无味 明胶 1 茶匙

无味明胶 1 茶匙

[ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)][wʌn][kʌp]
Boiling water **1** **cup**
沸腾 水 1 杯子

杯沸水

[kəʊld][ˈwɔːtə(r)][wʌn][kʌp]
Cold water 1 cup
寒冷的 水 1 杯子

冷水 1 杯

[ˈʌnjən] , [ˈfaɪnli] [tʃɒpt] [wʌn] [ˈtiːspuːn]
Onion , finely chopped 1 teaspoon
洋葱 , 精细地 切碎 1 茶匙

洋葱碎 1 茶匙

[sɔːlt] ½ [ˈtiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ɡriːn] [ˈpepə(r)] , [tʃɒpt] ¼ [kʌp]
Green pepper , chopped ¼ cup
绿色的 胡椒 , 切碎 ¼ 杯子

切碎的青椒 ¼ 杯

[ˈkærəts] , [ˈʃredɪd] ¼ [kʌp]
Carrots , shredded ¼ cup
胡萝卜 , 碎 ¼ 杯子

胡萝卜丝 ¼ 杯

[ˈseləri] , [daɪst] ¼ [kʌp]
Celery , diced ¼ cup
芹菜 , 切丁 ¼ 杯子

芹菜丁 ¼ 杯

[ˈrædɪʃɪz] , [ˈθɪnli] [slaɪst] ¼ [kʌp]
Radishes , thinly sliced ¼ cup
萝卜 , 薄薄的 切片 ¼ 杯子

萝卜，切成薄片，1/4 杯

[ˈsæləd] [ɡriːnz] [sɪks] [liːvz]
Salad greens 6 leaves
沙拉 青菜 6 树叶

沙拉蔬菜 6 片

[mɪks] [ˈfleɪvəd] [ænd; ənd] [ʌnˈfleɪvərd] [ˈdʒelətɪn] .
Mix flavored and unflavored gelatin :
混合 调味 和 无味 明胶 :

将有味明胶和无味明胶混合。

[dɪˈzɒlv] [ɪn] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)] .
Dissolve in boiling water :
溶解 在 沸腾 水 :

溶于沸水中。

[,eɪ diː ˈdiː][kəʊld][ˈwɔːtə(r)] , [ˈʌnjən] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
Add cold water , onion , and salt :
添加 寒冷的 水 , 洋葱 , 和 盐 :

加入冷水、洋葱和盐。

[tʃɪl] [ɪn][rɪˈfrɪdʒəreɪtə(r)][ʌnˈtɪl][ˈmɪkstʃə(r)][brɪˈɡɪnz] [tuː; tə] [ˈθɪkən] .
Chill in refrigerator until mixture begins to thicken :
寒意 在 冰箱 直到 混合物 开始 到 加厚 :

放入冰箱冷藏至混合物开始变稠。

[ˈdʒentli][stɜː(r)][ɪn] [ɡriːn] [ˈpepə(r)] , [ˈkærəts] , [ˈseləri] , [ænd; ənd] [ˈrædɪʃɪz] .
Gently stir in green pepper , carrots , celery , and radishes :
轻轻地 搅拌 在 绿色的 胡椒 , 胡萝卜 , 芹菜 , 和 萝卜 :

轻轻拌入青椒、胡萝卜、芹菜和萝卜。

[pɔː(r)][ˈɪntuː][ə; eɪ][wʌn] - [kwɔːt] [məʊld][ɔː(r)][sɪks][ˌɪndɪˈvɪdʒuəl][məʊldz] .

Pour into a 1 - quart mold or six individual molds .
倒 进入 一个 1 - 夸脱 模具 或者 六 个人 模具 .

倒入一个 1 夸脱的模具或六个单独的模具中。

[tʃɪl] [ʌnˈtɪl][set] .

Chill until set .
寒意 直到 放 .

冷藏至凝固。

[ˈʌnˈməʊld][ɒn][ˈsæləd] [ɡriːnz] .

Unmold on salad greens .
脱模 在 沙拉 青菜 .

脱模后放在沙拉菜上。

[ˈlʌntʃən] [ˈɛfs] [ˈsæləd]

Luncheon chef's salad
午餐 厨师的 沙拉

午餐厨师沙拉

[sɪks] [sˈɜːvɪŋz] , [əˈbaʊt][θriː][kʌps] [iːtʃ] [wɪˈðəʊt] [ˈdresɪŋ]

6 servings , about 3 cups each without dressing
6 份量 , 关于 3 杯子 每个 没有 敷料

6人份，每份约3杯（不含酱汁）

[hed] [ˈletɪs] [wʌn][ˈmiːdiəm]

Head lettuce 1 medium
头 莴苣 1 中等的

一颗中等大小的生菜

[ˈrædɪʃɪz] , [ˈθɪnli] [slaɪst] [eɪt]

Radishes , thinly sliced 8
萝卜 , 薄薄的 切片 8

萝卜，切成薄片 8

[ɡriːn] [ˈʌŋjənz] , [ˈθɪnli] [slaɪst] [fɔːr]

Green onions , thinly sliced 4
绿色的 洋葱 , 薄薄的 切片 4

4根葱，切成薄片

[təˈmɑːtəʊz] , [kʌt][ɪn][eɪθ, eɪθ][θriː] [lɑːdʒ]

Tomatoes , cut in eighths 3 large
西红柿 , 切 在 八分之一 3 大的

西红柿，切成八瓣，3个大西红柿

[hæm] , [kʊkt] , [daɪst] [tuːˈtuː][kʌps]

Ham , cooked , diced 2 cups
火腿 , 煮熟 , 切丁 2 杯子

熟火腿丁 2 杯

[swɪs] [tʃiːz] , [ˈkɔːsli] [ˈfredɪd] 1½ [kʌps] ([ˈsevən] [ˈaʊnsɪz])

Swiss cheese , coarsely shredded 1½ cups (7 ounces)
瑞士 奶酪 , 粗略地 碎 1½ 杯子 (7 盎司)

瑞士奶酪，粗切丝 1½ 杯（7 盎司）

[ˈkruːtɒnz] 1⅓ [kʌps]

Croutons 1⅓ cups
烤面包丁 1⅓ 杯子

面包丁 1⅓ 杯

[ˈsæləd] [ˈdresɪŋ] [æz; əz][dɪˈzaɪəd]

Salad dressing As desired
沙拉 敷料 作为 想要的

沙拉酱：适量

[wɒʃ] [ænd; ɛnd][dreɪn] ['letɪs] .
Wash and drain lettuce .
洗 和 流走 莴苣 .

将生菜洗净沥干。

[rɪ'zɜ:v] ['aʊtə(r)] [li:vz] ; [teə(r); tɪə] [rɪ'meɪnɪŋ] ['letɪs] ['ɪntu:][bɑ:t] - [saɪz] ['pi:sɪz] .
Reserve outer leaves ; tear remaining lettuce into bite - size pieces .
预订 外 树叶 ; 撕 其余的 莴苣 进入 咬 - 尺寸 件 .

保留外层叶子；将剩余的生菜撕成一口大小的块。

[tɒs] ['letɪs] ['pi:sɪz] ['laɪtli] [wɪð] ['rædɪʃɪz] [ænd; ɛnd] ['ʌŋjənz] .
Toss lettuce pieces lightly with radishes and onions .
折腾 莴苣 件 轻轻 和 萝卜 和 洋葱 .

将生菜丁与萝卜和洋葱轻轻拌匀。

[laɪn] [ɪndɪ'vɪdʒuəl]['sæləd] [bəʊlɪz] [wɪð] ['letɪs] [li:vz] .
Line individual salad bowls with lettuce leaves .
线 个人 沙拉 碗 和 莴苣 树叶 .

在沙拉碗内铺上生菜叶。

[fɔ:(r); fə(r)] [i:tʃ] ['sæləd][ju:z][tu:'tu:][kʌps] ['letɪs] ['mɪksɪʃə(r)][ænd; ɛnd][tɒp] [wɪð] [fɔ:(r)][tə'mɑ:təʊ] ['wedʒɪz]
For each salad use 2 cups lettuce mixture and top with four tomato wedges
为了 每个 沙拉 使用 2 杯子 莴苣 混合物 和 顶部 和 四 番茄 楔形
,
.
,

每份沙拉使用2杯混合生菜，并在上面放上4瓣番茄。

$\frac{1}{3}$ [kʌp][hæm] , [ænd; ɛnd] $\frac{1}{4}$ [kʌp] [tʃi:z] .
 $\frac{1}{3}$ cup ham , and $\frac{1}{4}$ cup cheese .
 $\frac{1}{3}$ 杯子 火腿 , 和 $\frac{1}{4}$ 杯子 奶酪 .

$\frac{1}{3}$ 杯火腿， $\frac{1}{4}$ 杯奶酪。

[tɒp] [wɪð] ['kru:tɒnz] .
Top with croutons .
顶部 和 烤面包丁 .

撒上烤面包丁。

[sɜ:v] [wɪð] ['sæləd] ['dresɪŋ] [ɒv; əv][jɔ:(r); jə(r)] [tʃɔɪs] .
Serve with salad dressing of your choice .
服务 和 沙拉 敷料 的 你的 选择 .

搭配你喜欢的沙拉酱食用。

['dʒelɪd] ['sɪtrəs] - [ævə'kɑ:dəʊ]['sæləd]
Jellied citrus - avocado salad
果冻 柑橘 - 牛油果 沙拉

柑橘牛油果冻沙拉

[sɪks] [s'ɜ:vɪŋz] , $\frac{3}{4}$ [kʌp] [i:tʃ]
6 servings , $\frac{3}{4}$ cup each
6 份量 , $\frac{3}{4}$ 杯子 每个

份，每份 $\frac{3}{4}$ 杯

['lemən] - ['fleɪvəd] ['dʒelətɪn][θri:] - [aʊns] ['pækɪdʒ]
Lemon - flavored gelatin 3 - ounce package
柠檬 - 调味 明胶 3 - 盎司 包裹

柠檬味明胶，3盎司包装

['bɔɪlɪŋ] ['wɔ:tə(r)] 1 $\frac{1}{2}$ [kʌps]
Boiling water 1 $\frac{1}{2}$ cups
沸腾 水 1 $\frac{1}{2}$ 杯子

沸水 1.5 杯

[ˈɡreɪpfɹu:t] [dʒu:s] ½ [kʌp]
Grapefruit juice ½ **cup**
柚子 汁 ½ 杯子

葡萄柚汁 ½ 杯

[sɔ:lt] ¼ ['ti:spu:n]
Salt ¼ **teaspoon**
盐 ¼ 茶匙

盐 ¼ 茶匙

[ˈɡreɪpfɹu:t] ['sekʃənz] , [daɪst] ½ [kʌp]
Grapefruit sections , **diced** ½ **cup**
柚子 部分 , 切丁 ½ 杯子

西柚瓣，切丁 ½ 杯

[ˈɒrɪndʒ] ['sekʃənz] , [daɪst] ½ [kʌp]
Orange sections , **diced** ½ **cup**
橙子 部分 , 切丁 ½ 杯子

橙子瓣，切丁 ½ 杯

[ˌævəˈkɑ:dəʊ] , [daɪst] 1½ [kʌps]
Avocado , **diced** 1½ **cups**
牛油果 , 切丁 1½ 杯子

牛油果丁 1.5 杯

[ˈsæləd] [ɡri:nz] [sɪks] [li:vz]
Salad greens **6** **leaves**
沙拉 青菜 6 树叶

沙拉蔬菜 6 片

[dɪˈzɒlv] ['dʒelətɪn][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔ:tə(r)] .
Dissolve gelatin in boiling water .
溶解 明胶 在 沸腾 水 .

将明胶溶于沸水中。

[ˌeɪ di: 'di:] ['ɡreɪpfɹu:t] [dʒu:s][ænd; ənd][sɔ:lt] . -
Add grapefruit juice and salt . **19**
添加 柚子 汁 和 盐 . -

加入西柚汁和盐。19

[tʃɪl] [ʌn'tɪl] ['mɪkstʃə(r)] [brɪ'ɡɪnz] [tu:; tə] ['θɪkən] ; [ˌeɪ di: 'di:] [fru:ts] .
Chill until mixture begins to thicken ; **add fruits** .
寒意 直到 混合物 开始 到 加厚 ; 添加 水果 .

冷藏至混合物开始变稠；加入水果。

[pɔ:(r)][ɪntu:][ɪndɪˈvɪdʒuəl][məʊldz] .
Pour into individual molds .
倒 进入 个人 模具 .

倒入各个模具中。

[tʃɪl] [ʌn'tɪl] [set] .
Chill until set .
寒意 直到 放 .

冷藏至凝固。

[ʌn'məʊld][ɒn][ˈsæləd] [ɡri:nz] .
Unmold on salad greens .
脱模 在 沙拉 青菜 .

脱模后放在沙拉菜上。

[bredz]
Breads
面包

面包

[waɪt] [bred]
White bread
白色的 面包

白面包

[tu:'tu:] [ləʊvz] , - ['slaɪsɪz] [i:t]
2 loaves , **18 slices each**
2 面包 , - 切片 每个

2个面包，每个面包18片

['flaʊə(r)] , ['ʌn'siftɪd] [ə'baʊt] 5½ [kʌps]
Flour , **unsifted** **About 5½ cups**
面粉 , 未经筛选的 关于 5½ 杯子

未过筛面粉约5.5杯

['ʃʊɡə(r)][θri:] ['teɪbəl,spu:nz]
Sugar 3 tablespoons
糖 3 汤匙

糖 3 汤匙

[sɔ:lt][tu:'tu:] ['ti:spu:n]
Salt 2 teaspoons
盐 2 茶匙

盐 2 茶匙

[ji:st] , ['æktɪv] [draɪ][tu:'tu:] ['pækɪdʒɪz]
Yeast , **active dry 2 packages**
酵母 , 积极的 干燥 2 包裹

活性干酵母 2 包

[mɪlk][tu:'tu:] [kʌps]
Milk 2 cups
牛奶 2 杯子

牛奶 2 杯

['ʃɔ:tnɪŋ] ¼ [kʌp]
Shortening ¼ cup
缩短 ¼ 杯子

起酥油 ¼ 杯

['ʃɔ:tnɪŋ] , ['meltɪd] , [ɔ:(r)][ɔɪl][wʌn] ['teɪblspu:n]
Shortening , **melted** , **or oil 1 tablespoon**
缩短 , 融化 , 或者 油 1 汤匙

起酥油（融化的）或食用油 1 汤匙

[mɪks][tu:'tu:] [kʌps] [ɒv; əv]['flaʊə(r)] [wɪð] ['ʃʊɡə(r)] , [sɔ:lt] , [ænd; ənd] [ji:st] .
Mix 2 cups of flour with sugar , salt , and yeast .
混合 2 杯子 的 面粉 和 糖 , 盐 , 和 酵母 .

将 2 杯面粉与糖、盐和酵母混合。

[hi:t] [mɪlk][ænd; ənd] ¼ [kʌp] ['ʃɔ:tnɪŋ] [tə'geðə(r)] [ʌn'tɪl] ['veri] [wɔ:m] (120°F . [tu:; tə] 130°F .) .
Heat milk and ¼ cup shortening together until very warm (120°F . to 130°F .) .
热 牛奶 和 ¼ 杯子 缩短 一起 直到 非常 温暖的 (120°F . 到 130°F .) .

将牛奶和 1/4 杯起酥油一起加热至非常温热（120°F 至 130°F）。

['ʃɔ:tnɪŋ] [dʌz] [nɒt] [ni:d] [tu:; tə] [melt] .
Shortening does not need to melt .
缩短 做 不是 需要 到 熔化 .

起酥油不需要融化。

['grædʒuəli] [stɜ:(r)] [mɪlk] ['mɪkstʃə(r)][ɪntu:]['flaʊə(r)][mɪkstʃə(r)] .
Gradually stir milk mixture into flour mixture .
逐步地 搅拌 牛奶 混合物 进入 面粉 混合物 .

将牛奶混合物逐渐搅拌到面粉混合物中。

[,eɪ dɪː ˈdiː][wʌŋ][mɔː(r)][kʌp][ˈflaʊə(r)] .

Add 1 more cup flour .
添加 1 更多的 杯子 面粉 .

再加一杯面粉。

[biːt] [tuːˈtuː] [ˈmɪnɪts] [æt; ət] [haɪ] [spiːd] [ɒn] [ɪˈlektɹɪk] [ˈmɪksə(r)] .

Beat 2 minutes at high speed on electric mixer .
打 2 分钟 在 高的 速度 在 电的 混合器 .

用电动搅拌器高速搅拌2分钟。

[mɪks][ɪn] [ɪˈnʌf] [ɒv; əv][ðə; ði] [rɪˈmeɪnɪŋ] [ˈflaʊə(r)][tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][sɒft] [dəʊ] [ðæt] [liːvz] [ðə; ði]

Mix in enough of the remaining flour to make a soft dough that leaves the

混合 在 足够的 的 这 其余的 面粉 到 制作 一个 柔软的 面团 那 树叶 这

side of the bowl .

边 的 这 碗 .

加入剩余的面粉，揉成柔软的面团，面团能从碗壁上脱离。

[niːd] [ɒn][ə; eɪ] [ˈlaɪtli] [ˈflaʊəd] [ˈsɜːfɪs] [ʌnˈtɪl] [dəʊ] [ɪz] [smuːð] [ænd; ənd][ɪˈlæstɪk] , [əˈbaʊt] -

Knead on a lightly floured surface until dough is smooth and elastic , about 10

揉 在 一个 轻轻 撒了面粉 表面 直到 面团 是 光滑的 和 松紧带 , 关于 -

minutes .

分钟 .

在撒了少许面粉的案板上揉面，直到面团光滑有弹性，大约需要 10 分钟。

[ˈkʌvə(r)] [wɪð] [ˈplæstɪk] [ræp] , [ðen] [ə; eɪ] [kliːn] [ˈtaʊəl] .

Cover with plastic wrap , then a clean towel .
覆盖 和 塑料 裹 , 然后 一个 干净的 毛巾 .

先用保鲜膜盖住，再盖上一条干净的毛巾。

[let] [rest] - [ˈmɪnɪts] .

Let rest 20 minutes .

让 休息 - 分钟 .

静置20分钟。

[ɡriːs] [tuː] [ləʊf][pænz] , [naɪn] - [baɪ][faɪv] - [baɪ][θriː] [ˈɪntʃɪz] .

Grease two loaf pans , 9 - by 5 - by 3 inches .
润滑脂 二 面包 平底锅 , 9 - 经过 5 - 经过 3 英寸 .

在两个 9 英寸 x 5 英寸 x 3 英寸的面包模具中涂上油脂。

[dɪˈvaɪd] [dəʊ] [ɪn][hɑːf] .

Divide dough in half .

划分 面团 在 一半 .

将面团分成两半。

[ʃeɪp] [ˈɪntuː] [ləʊvz] .

Shape into loaves .

形状 进入 面包 .

整形成面包状。

[pleɪs] [ɪn][ləʊf][pænz] .

Place in loaf pans .

地方 在 面包 平底锅 .

放入面包模具中。

[brʌʃ] [tɒps] [wɪð] [wʌŋ] [ˈteɪblspuːn] [fæt] .

Brush tops with 1 tablespoon fat .

刷子 最高额 和 1 汤匙 胖的 .

在顶部刷上1汤匙油脂。

[ˈkʌvə(r)] [wɪð] [ˈplæstɪk] [ræp] .
Cover with plastic wrap .
覆盖 和 塑料 裹 .

用保鲜膜盖住。

[rɪˈfrɪdʒəreɪt] [tuːˈtuː][tuː; tə] - [ˈaʊəz] .
Refrigerate 2 to 24 hours .
冷藏 2 到 - 小时 .

冷藏2至24小时。

[rɪˈmuːv] [frɒm; frəm][rɪˈfrɪdʒəreɪtə(r)] .
Remove from refrigerator .
消除 从 冰箱 .

从冰箱取出。

[ˈpʌŋktʃə(r)][ˈdʒentli][ˈeni][eə(r)] [ˈbʌbəlz] [ɒn] [ˈsɜːfɪs] [wɪð] [ˈtuːθpɪk] [ɔː(r)] [keɪk] [ˈtestə(r)] .
Puncture gently any air bubbles on surface with toothpick or cake tester .
穿刺 轻轻地 任何 空气 气泡 在 表面 和 牙签 或者 蛋糕 测试员 .

用牙签或蛋糕测试针轻轻刺破表面的气泡。

[let] [rest] - [ˈmɪnɪts] [bɪˈfɔː(r)] [ˈbeɪkɪŋ] .
Let rest 10 minutes before baking .
让 休息 - 分钟 前 烘烤 .

烘烤前静置10分钟。

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 375°F .
Preheat oven to 375°F .
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

([ˈmɒdərət]) .
(**moderate**) .
(缓和) .

(缓和)。

[beɪk] - [ˈmɪnɪts] [ɔː(r)][ʌnˈtɪl] [dʌn] .
Bake 40 minutes or until done .
烤 - 分钟 或者 直到 完毕 .

烤40分钟或直至烤熟。

[rɪˈmuːv] [bred] [frɒm; frəm][pænz] .
Remove bread from pans .
消除 面包 从 平底锅 .

将面包从烤盘中取出。

[kuːl] [ɒn] [ræks] .
Cool on racks .
凉爽的 在 货架 .

放在架子上冷却。

[skwɒʃ] [bred]
Squash bread
壁球 面包

南瓜面包

[wʌn][ləʊf] , - [ˈslaɪsɪz]
1 loaf , 18 slices
1 面包 , - 切片

1个面包，18片

选自萨米阿姨的广播食谱和美国(Selections from Aunt Sammy's Radio Recipes)

第3/3页

[ˈflaʊə(r)] , [ˈʌnˈsiftɪd] 1½ [kʌps]
Flour , **unsifted** **1½ cups**
面粉 , 未经筛选的 1½ 杯子

未过筛面粉 1.5 杯

[ˈsɪnəməŋ] [tuːˈtuː] [ˈtiːspuːn]
Cinnamon **2** **teaspoons**
肉桂 2 茶匙

肉桂粉 2 茶匙

[ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)][wʌŋ] [ˈtiːspuːn]
Baking powder **1** **teaspoon**
烘烤 粉末 1 茶匙

泡打粉 1 茶匙

[ˈbeɪkɪŋ] [ˈsəʊdə] ½ [ˈtiːspuːn]
Baking soda **½** **teaspoon**
烘烤 苏打 ½ 茶匙

小苏打 ½ 茶匙

[sɔːlt] ¼ [ˈtiːspuːn]
Salt **¼** **teaspoon**
盐 ¼ 茶匙

盐 ¼ 茶匙

[egz] [tuːˈtuː]
Eggs **2**
鸡蛋 2

鸡蛋 2

[ˈʊɡə(r)] ¾ [kʌp]
Sugar **¾** **cup**
糖 ¾ 杯子

糖 ¾ 杯

[ɔɪl] ½ [kʌp]
Oil **½** **cup**
油 ½ 杯子

油 ½ 杯

[vəˈnɪlə] [tuːˈtuː] [ˈtiːspuːn]
Vanilla **2** **teaspoons**
香草 2 茶匙

香草精 2 茶匙

[zuːˈkiːni] [ɔː(r)] [ˈjeləʊ] [ˈsʌmə(r)] [skwɒʃ] , [ˈkɔːsli] [ˈfredɪd] , [ˈlaɪtli] [pækt] 1⅓ [kʌps]
Zucchini **or** **yellow** **summer** **squash** , **coarsely** **shredded** , **lightly** **packed** **1⅓ cups**
西葫芦 或者 黄色的 夏天 壁球 , 粗略地 碎 , 轻轻 包装 1⅓ 杯子

西葫芦或黄南瓜, 粗切丝, 轻轻压实 1⅓ 杯

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat **oven** **to** **350°F** .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

([ˈmɒdəɹət]) .
(**moderate**) .
(缓和) .

(缓和)。

[ɡriːs] [ə; eɪ][naɪn] - [baɪ][faɪv] - [baɪ][θriː] - [ɪntʃ] [ləʊf][pæn] .
Grease a 9 - by 5 - by 3 - inch loaf pan .
润滑脂 一个 9 经过 5 经过 3 英寸 面包 平底锅 .

在一个9英寸×5英寸×3英寸的面包模具中涂抹油脂。

[mɪks][draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] , [ɪkˈsept] [ˈʊɡə(r)] , [ˈθʌrəli] .
Mix dry ingredients , except sugar , thoroughly .
混合 干燥 原料 , 除了 糖 , 彻底 .

除糖以外，所有干性材料充分混合。

[biːt] [egz] [ʌnˈtɪl] [ˈfrɒθi] .
Beat eggs until frothy .
打 鸡蛋 直到 泡沫状的 .

把鸡蛋打至起泡。

[,eɪ diː ˈdiː][ˈʊɡə(r)] , [ɔɪl] , [ænd; ənd] [vəˈnɪlə] .
Add sugar , oil , and vanilla .
添加 糖 , 油 , 和 香草 .

加入糖、油和香草精。

[biːt] [ʌnˈtɪl] [ˈlemən] [ˈkʌləd] , [əˈbaʊt][θriː] [ˈmɪnɪts] .
Beat until lemon colored , about 3 minutes .
打 直到 柠檬 有色 , 关于 3 分钟 .

搅拌至柠檬色，约3分钟。

[stɜː(r)][ɪn] [skwɒʃ] .
Stir in squash .
搅拌 在 壁球 .

拌入南瓜。

[,eɪ diː ˈdiː][draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] .
Add dry ingredients .
添加 干燥 原料 .

加入干料。

[mɪks][dʒʌst][ʌnˈtɪl][draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] [ɑː(r); ə(r)] [ˈmoɪsɪnd] .
Mix just until dry ingredients are moistened .
混合 只是 直到 干燥 原料 是 湿润 .

搅拌至干料湿润即可。

[pɔː(r)][ˈɪntuː][ləʊf][pæn] .
Pour into loaf pan .
倒 进入 面包 平底锅 .

倒入面包模具。

[beɪk] - [ˈmɪnɪts] [ɔː(r)][ʌnˈtɪl] [ˈtuːθpɪk] [ɪnˈsɜːtɪd] [ɪn][ˈsentə(r)][əv; əv][ləʊf] [ˈkəʊmz] [aʊt] [kliːn] .
Bake 40 minutes or until toothpick inserted in center of loaf comes out clean .
烤 - 分钟 或者 直到 牙签 插入 在 中心 的 面包 来 出去 干净的 .

烘烤 40 分钟或直至插入面包中心的牙签取出时干净为止。

[kuːl] [ɒn] [ræk] .
Cool on rack .
凉爽的 在 架子 .

放在架子上冷却。

[rɪˈmuːv] [frɒm; frəm][pæn][ˈɑːftə(r)] - [ˈmɪnɪts] - .
Remove from pan after 10 minutes . 20
消除 从 平底锅 后 - 分钟 . -

10分钟后从锅中取出。 20

[ˈmʌfɪn]
Muffins
松饼

松饼

- [ˈmiːdiəm] - [saɪz] [ˈmʌfɪn]
12 medium - size muffins
- 中等的 - 尺寸 松饼

12个中等大小的松饼

[ˈflaʊə(r)], [ˈʌnˈsiftɪd] [tuːˈtuː] [kʌps]
Flour , unsifted 2 cups
面粉 , 未经筛选的 2 杯子

未过筛面粉 2 杯

[ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)][wʌn] [ˈteɪblspuːn]
Baking powder 1 tablespoon
烘烤 粉末 1 汤匙

泡打粉 1 汤匙

[ˈʃʊɡə(r)] ⅓ [kʌp]
Sugar ⅓ cup
糖 ⅓ 杯子

糖 ⅓ 杯

[sɔːlt][wʌn] [ˈtiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[eg] , [ˈslaɪtli] [ˈbiːt(ə)n][wʌn]
Egg , slightly beaten 1
蛋 , 轻微地 被打败 1

鸡蛋，略微打散 1 个

[mɪlk][wʌn][kʌp]
Milk 1 cup
牛奶 1 杯子

牛奶 1 杯

[ˈʃɔːtnɪŋ] , [ˈmeltɪd] , [ɔː(r)][ɔɪl] ⅓ [kʌp]
Shortening , melted , or oil ⅓ cup
缩短 , 融化 , 或者 油 ⅓ 杯子

起酥油（融化的）或食用油 ⅓ 杯

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 400°F .
Preheat oven to 400°F .
预热 烤箱 到 400°F .

将烤箱预热至华氏400度。

([hɒt]) .
(hot) .
(热的) .

(热的)。

[ɡriːs] [ˈmʌfɪn] [tɪnz] .
Grease muffin tins .
润滑脂 松饼 罐头 .

在松饼模具上涂油。

[mɪks][ˈflaʊə(r)], [ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)], [ˈʃʊɡə(r)] , [ænd; ənd][sɔːlt] [ˈθʌrəli] .
Mix flour , baking powder , sugar , and salt thoroughly .
混合 面粉 , 烘烤 粉末 , 糖 , 和 盐 彻底 .

面粉、泡打粉、糖和盐充分混合。

[mɪks] [eg] [ænd; ənd][mɪlk] ; [,eɪ di: 'di:] [fæt] .
Mix egg and milk ; add fat .
混合 蛋 和 牛奶 ; 添加 胖的 .

将鸡蛋和牛奶混合；加入油脂。

[pɔ:(r)] [mɪlk] ['mɪkstʃə(r)] ['ɪntu:] ['flaʊə(r)] ['mɪkstʃə(r)] .
Pour milk mixture into flour mixture .
倒 牛奶 混合物 进入 面粉 混合物 .

将牛奶混合物倒入面粉混合物中。

[stɜ:(r)] [ʌn'tɪl] [draɪ] [ɪn'gri:diənts] [ɑ:(r); ə(r)] ['beəli] ['mɔɪsnd] .
Stir until dry ingredients are barely moistened .
搅拌 直到 干燥 原料 是 仅仅 湿润 .

搅拌至干料略微湿润即可。

[du:; də] [nɒt] [,əʊvə'mɪks] .
Do not overmix .
做 不是 过度混合 .

不要过度搅拌。

['bætə(r)] [wɪl] [bi:; bi] ['lʌmpi] .
Batter will be lumpy .
连击 将要 是 凹凸不平 .

面糊会结块。

[fɪl] ['mʌfɪn] [tɪnz] [hɑ:f] [fɒl] [ɒv; əv] ['bætə(r)] .
Fill muffin tins half full of batter .
充满 松饼 罐头 一半 满的 的 连击 .

将面糊倒入松饼模具，装至一半满。

[beɪk] - [tu:; tə] - ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] .
Bake 20 to 25 minutes until lightly browned .
烤 - 到 - 分钟 直到 轻轻 棕色 .

烘烤20至25分钟，直至表面呈浅棕色。

['kɔ:nbred]
Cornbread
玉米面包

玉米面包

[saɪks] [s'ɜ:viŋz] , [fɔ:r] [baɪ] 2½ ['ɪntʃɪz] [i:t]
6 servings , 4 by 2½ inches each
6 份量 , 4 经过 2½ 英寸 每个

份，每份 4 英寸 x 2½ 英寸。

['jeləʊ] ['kɔ:nmi:l] [wʌn] [kʌp]
Yellow cornmeal 1 cup
黄色的 玉米粉 1 杯子

黄玉米粉 1 杯

['flaʊə(r)] , [ʌn'sɪftɪd] [wʌn] [kʌp]
Flour , unsifted 1 cup
面粉 , 未经筛选的 1 杯子

未过筛面粉 1 杯

['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] [fɔ:r] ['ti:spu:n]
Baking powder 4 teaspoons
烘烤 粉末 4 茶匙

泡打粉 4 茶匙

['ʃʊɡə(r)] ¼ [kʌp]
Sugar ¼ cup
糖 ¼ 杯子

糖 ¼ 杯

[sɔːlt] ½ ['tiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[mɪlk][wʌn][kʌp]
Milk 1 cup
牛奶 1 杯子

牛奶 1 杯

[eg] , ['biːt(ə)n][wʌn]
Egg , beaten 1
蛋 , 被打败 1

鸡蛋，打散 1

['ʃɔːtnɪŋ] , ['meltɪd] [ɔː(r)][ɔɪl][tuː'tuː] ['teɪbəlspuːnz]
Shortening , melted or oil 2 tablespoons
缩短 , 融化 或者 油 2 汤匙

起酥油（融化）或食用油 2 汤匙

[,priː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 400°F .
Preheat oven to 400°F .
预热 烤箱 到 400°F .

将烤箱预热至华氏400度。

([hɒt]) .
(hot) .
(热的) .

(热的)。

[griːs] [æn; ən][eit] - [baɪ][eit] - [baɪ][tuː'tuː] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [pæn] .
Grease an 8 - by 8 - by 2 - inch baking pan .
润滑脂 一个 8 - 经过 8 - 经过 2 - 英寸 烘烤 平底锅 .

在一个 8 英寸 x 8 英寸 x 2 英寸的烤盘上涂油。

[mɪks][draɪ] [ɪn'griːdiənts] ['θʌrəli] .
Mix dry ingredients thoroughly .
混合 干燥 原料 彻底 .

将所有干性材料充分混合。

[mɪks][mɪlk][ænd; ənd] [eg] ; [stɜː(r)][ɪn][fæt] .
Mix milk and egg ; stir in fat .
混合 牛奶 和 蛋 ; 搅拌 在 胖的 .

将牛奶和鸡蛋混合；拌入油脂。

[eɪ diː 'diː]['lɪkwɪd][tuː; tə][draɪ] [ɪn'griːdiənts] ; [stɜː(r)]['əʊnli] ['ɪnʌf] [tuː; tə][mɪks] .
Add liquid to dry ingredients ; stir only enough to mix .
添加 液体 到 干燥 原料 ; 搅拌 仅有的 足够的 到 混合 .

将液体加入干料中；搅拌至混合均匀即可。

[pɔː(r)]['bætə(r)]['ɪntuː][pæn] .
Pour batter into pan .
倒 连击 进入 平底锅 .

将面糊倒入锅中。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] , [ɔː(r)][ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] .
Bake 20 to 25 minutes , or until lightly browned .
烤 - 到 - 分钟 , 或者 直到 轻轻 棕色 .

烘烤 20 至 25 分钟，或直至表面呈浅棕色。

[bə'nɑːnə] [bred]
Banana bread
香蕉 面包

香蕉面包

[wʌn][ləʊf] , - ['slaɪsɪz]
1 loaf , 18 slices
1 面包 , - 切片

1个面包，18片

[ˈflaʊə(r)] , ['ʌn'sɪftɪd] 1¾ [kʌps]
Flour , unsifted 1¾ cups
面粉 , 未经筛选的 1¾ 杯子

未过筛面粉 1¾ 杯

[ˈbeɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][wʌn] ['teɪblspuːn]
Baking powder 1 tablespoon
烘烤 粉末 1 汤匙

泡打粉 1 汤匙

[sɔːlt] ½ ['tiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈʊɡə(r)] ¾ [kʌp]
Sugar ¾ cup
糖 ¾ 杯子

糖 ¾ 杯

[ˈʃɔːtnɪŋ] ½ [kʌp]
Shortening ½ cup
缩短 ½ 杯子

起酥油 ½ 杯

[egz] [tuːtuː]
Eggs 2
鸡蛋 2

鸡蛋 2

[bəˈnɑːnəz] , [mæʃt] [wʌn][kʌp]
Bananas , mashed 1 cup
香蕉 , 捣碎 1 杯子

香蕉泥 1 杯

[ˌpriːˈhiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɒdəɪt]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[ɡriːs] [naɪn] - [baɪ][faɪv] - [baɪ][θriː] - [ɪntʃ] [ləʊf][pæn] .
Grease 9 - by 5 - by 3 - inch loaf pan .
润滑脂 9 - 经过 5 - 经过 3 - 英寸 面包 平底锅 .

在9×5×3英寸的面包模具上涂抹油脂。

[mɪks][ˈflaʊə(r)] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] , [ænd; ənd][sɔːlt] ['θʌrəli] .
Mix flour , baking powder , and salt thoroughly .
混合 面粉 , 烘烤 粉末 , 和 盐 彻底 .

面粉、泡打粉和盐充分混合。

[mɪks][ˈʊɡə(r)] , [fæt] , [ænd; ənd] [egz] [təˈgeðə(r)] [ʌn'tɪl] [laɪt] [ænd; ənd] ['flʌfi] .
Mix sugar , fat , and eggs together until light and fluffy .
混合 糖 , 胖的 , 和 鸡蛋 一起 直到 光 和 蓬松的 .

将糖、油脂和鸡蛋混合搅拌至蓬松轻盈。

[stɜː(r)][ɪn][bəˈnɑːnəz] .
Stir in bananas .
搅拌 在 香蕉 .

拌入香蕉。

[ˌeɪ diː ˈdiː][draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] [ænd; ənd][stɜː(r)][dʒʌst][ʌnˈtɪl] [smuːð] .
Add dry ingredients and stir just until smooth .
添加 干燥 原料 和 搅拌 只是 直到 光滑的 .

加入干料，搅拌至顺滑即可。

[pɔː(r)][ɪnˈtuː][pæn] .
Pour into pan .
倒 进入 平底锅 .

倒入锅中。

[beɪk] [ʌnˈtɪl] [ˈfɜːmli] [set] [wen] [ˈlaɪtli] [tʌtʃt] [ɪn][ˈsentə(r)] , - [tuː; tə] - [ˈmɪnɪts] .
Bake until firmly set when lightly touched in center , 50 to 60 minutes .
烤 直到 牢牢 放 什么时候 轻轻 感动 在 中心 , - 到 - 分钟 .

烘烤至中心轻触时能完全凝固，约需 50 至 60 分钟。

([bred] [meɪ] [kræk] [əˈkrɒs] [tɒp] .)
(Bread may crack across top .)
(面包 可能 裂缝 穿过 顶部 .)

(面包顶部可能会裂开。)

[kuːl] [ɒn] [ræk] .
Cool on rack .
凉爽的 在 架子 .

放在架子上冷却。

[rɪˈmuːv] [frɒm; frəm][pæn][ˈɑːftə(r)] - [ˈmɪnɪts] .
Remove from pan after 10 minutes .
消除 从 平底锅 后 - 分钟 .

10分钟后从锅中取出。

[dɪˈzɜːts]
Desserts
甜点

甜点

[ˈsaʊə(r)] [kriːm] [ˈkʊkɪz]
Sour cream cookies
酸的 奶油 曲奇饼

酸奶油饼干

[fɔːr][ˈdʌz(ə)n] [ˈkʊkɪz]
4 dozen cookies
4 打 曲奇饼

四打饼干

[ˈbʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒəˈriːn] , [ˈsɔfənd] ½ [kʌp]
Butter or margarine , softened ½ cup
黄油 或者 人造黄油 , 软化 ½ 杯子

软化的黄油或人造黄油 ½ 杯

[ˈʃʊɡə(r)][wʌn][kʌp]
Sugar 1 cup
糖 1 杯子

糖 1 杯

[egz] , [ˈbiːt(ə)n][tuːˈtuː]
Eggs , beaten 2
鸡蛋 , 被打败 2

打散的鸡蛋 2

[vəˈnɪlə] [wʌn] ['tiːspuːn]
Vanilla 1 teaspoon
香草 1 茶匙

香草精 1 茶匙

[ˈflaʊə(r)] , [ˈʌnˈsɪftɪd] 1¾ [kʌps]
Flour , unsifted 1¾ cups
面粉 , 未经筛选的 1¾ 杯子

未过筛面粉 1¾ 杯

[sɔːlt] ½ ['tiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈbeɪkɪŋ] [ˈsəʊdə] ¼ ['tiːspuːn]
Baking soda ¼ teaspoon
烘烤 苏打 ¼ 茶匙

小苏打 ¼ 茶匙

[ˈnʌtmeg] ½ ['tiːspuːn]
Nutmeg ½ teaspoon
肉豆蔻 ½ 茶匙

肉豆蔻 ½ 茶匙

[ˈsaʊə(r)] [kriːm] ½ [kʌp]
Sour cream ½ cup
酸的 奶油 ½ 杯子

酸奶油 ½ 杯

[nʌts] , [tʃɒpt] [wʌn][kʌp]
Nuts , chopped 1 cup
坚果 , 切碎 1 杯子

坚果碎 1 杯

[ˌpriːˈhiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 375°F .
Preheat oven to 375°F .
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

([ˈmɒdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[ɡriːs] ['beɪkɪŋ] [ʃiːts] . -
Grease baking sheets . 21
润滑脂 烘烤 纸张 . -

在烤盘上抹油。21

[biːt] [fæt][ænd; ənd][ˈʃʊɡə(r)] [təˈgeðə(r)] [ʌnˈtɪl] ['kriːmi] .
Beat fat and sugar together until creamy .
打 胖的 和 糖 一起 直到 奶油状 .

用打蛋器将油脂和糖一起搅拌至顺滑。

[biːt] [ɪn] [egz] [ænd; ənd] [vəˈnɪlə] .
Beat in eggs and vanilla .
打 在 鸡蛋 和 香草 .

加入鸡蛋和香草精，搅拌均匀。

[stɜː(r)][ˈflaʊə(r)] , [sɔːlt] , [ˈbeɪkɪŋ] [ˈsəʊdə] , [ænd; ənd] [ˈnʌtmeg] [təˈgeðə(r)] .
Stir flour , salt , baking soda , and nutmeg together .
搅拌 面粉 , 盐 , 烘烤 苏打 , 和 肉豆蔻 一起 .

将面粉、盐、小苏打和肉豆蔻粉搅拌在一起。

[mɪks][ˈflaʊə(r)][ˈmɪkstʃə(r)] , [ˈsaʊə(r)] [kri:m] , [ænd; ənd] [nʌts] [wɪð] [fæt][ˈmɪkstʃə(r)] .
Mix flour mixture , sour cream , and nuts with fat mixture .
混合 面粉 混合物 , 酸的 奶油 , 和 坚果 和 胖的 混合物 .

将面粉混合物、酸奶油和坚果与油脂混合物混合。

[drɒp] [dəʊ] [frɒm; frəm][ə; eɪ] [ˈtiːspuːn] [ˈɒntə] [ˈbeɪkɪŋ] [ʃiːts] ; [speɪs] [ˈkʊkɪz] [əˈbaʊt][,tuːˈtuː] [ˈɪntʃɪz]
Drop dough from a teaspoon onto baking sheets ; space cookies about 2 inches
降低 面团 从 一个 茶匙 到 烘烤 纸张 ; 空间 曲奇饼 关于 2 英寸
[əˈpɑːt] .
apart .
除 .

用茶匙将面团舀到烤盘上；饼干之间间隔约 2 英寸。

[beɪk] - [tuː; tə] - [ˈmɪnɪts] , [ɔː(r)][ʌnˈtɪl] [ˈlaɪtli] [braʊn] [əˈraʊnd][ðə; ði] [ˈedʒɪz] .
Bake 10 to 12 minutes , or until lightly browned around the edges .
烤 - 到 - 分钟 , 或者 直到 轻轻 棕色 大约 这 边缘 .

烘烤 10 至 12 分钟，或直至边缘呈浅棕色。

[beɪkt] [ˈpeɪstri] [ʃel]
Baked pastry shell
烘焙 糕点 壳

烤酥皮

[eɪt] - [ɔː(r)][naɪn] - [ɪntʃ] [ˈpeɪstri] [ʃel] , [sɪks][tuː; tə][eɪt] [sˈɜːvɪŋz]
8 - or 9 - inch pastry shell , 6 to 8 servings
8 - 或者 9 - 英寸 糕点 壳 , 6 到 8 份量

8或9英寸的酥皮派皮，可供6至8人食用

[ˈflaʊə(r)] , [ˈʌnˈsɪftɪd] [wʌn][kʌp]
Flour , unsifted 1 cup
面粉 , 未经筛选的 1 杯子

未过筛面粉 1 杯

[sɔːlt] ½ [ˈtiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈɔːtnɪŋ] [ɔː(r)][lɑːd] ⅓ [kʌp]
Shortening or lard ⅓ cup
缩短 或者 猪油 ⅓ 杯子

起酥油或猪油 ⅓ 杯

[kəʊld][ˈwɔːtə(r)][əˈbaʊt] [,tuːˈtuː] [ˈteɪbəl,spuːnz]
Cold water About 2 tablespoons
寒冷的 水 关于 2 汤匙

冷水，约2汤匙

[,priːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 450°F .
Preheat oven to 450°F .
预热 烤箱 到 450°F .

将烤箱预热至华氏450度。

([ˈveri] [hɒt]) .
(**very hot**) .
(非常 热的) .

(非常热)

[mɪks][ˈflaʊə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] [ˈθʌrəli] .
Mix flour and salt thoroughly .
混合 面粉 和 盐 彻底 .

面粉和盐充分混合。

[ˈmɪks][ɪn][fæt][ˈəʊnli][ʌnˈtɪl][ˈmɪkstə(r)][ɪz][ˈkrʌmbli] .
Mix in fat only until mixture is crumbly .
混合 在 胖的 仅有的 直到 混合物 是 易碎的 .

只加入油脂，搅拌至混合物呈碎屑状即可。

[ə; eɪ][ˈpeɪstri][ˈblendə(r)] , [tu:] [ˈteɪb(ə)] [naɪvz] , ɔ:(r)[ə; eɪ][fɔ:k] [meɪ][bi:; bi][ju:st][fɔ:(r); fə(r)][ˈmɪksɪŋ] .
A pastry blender , two table knives , or a fork may be used for mixing .
一个 糕点 混合器 , 二 桌子 刀具 , 或者 一个 叉 可能 是 用过的 为了 混合 .

可以使用糕点搅拌器、两把餐刀或叉子进行搅拌。

[eɪ di: ˈdi:][ə; eɪ][ˈlɪt(ə)][ˈwɔ:tə(r)][æ; ət][ə; eɪ][taɪm] [waɪl] ˈmɪksɪŋ] ˈlaɪtli] .
Add a little water at a time while mixing lightly .
添加 一个 小的 水 在 一个 时间 尽管 混合 轻轻 .

一边轻轻搅拌，一边少量多次地加水。

[dəʊ] [[ʊd; ʃəd][bi:; bi][dʒʌst] [mɔɪst] ˈɪnʌf] [tu:; tə] [kɪŋ] [təˈgeðə(r)] [wen] [prest] .
Dough should be just moist enough to cling together when pressed .
面团 应该 是 只是 潮湿 足够的 到 黏着 一起 什么时候 按下 .

面团的湿润度应该刚好能让它在按压时能粘合在一起。

[fɔ:(r); fə(r)] ˈi:ziə] ˈhændlɪŋ] , [ˈkʌvə(r)] [dəʊ] ˈtaɪtli] [ænd; ənd][let][stænd][ə; eɪ][fju:] ˈmɪnɪts] .
For easier handling , cover dough tightly and let stand a few minutes .
为了 更轻松 处理 , 覆盖 面团 紧紧 和 让 站立 一个 很少 分钟 .

为了便于操作，将面团盖紧，静置几分钟。

[ʃeɪp] [dəʊ] ˈɪntu:][ə; eɪ][bɔ:l] .
Shape dough into a ball .
形状 面团 进入 一个 球 .

把面团揉成球状。

[rəʊl][aʊt][ɒn][ə; eɪ] ˈlaɪtli] ˈflaʊəd] ˈsɜ:fɪs] ʌnˈtɪl][ðə; ði] [dəʊ] [ɪz][æt; ət] [li:st] [æ; ən] [ɪnt] ˈwaɪdə(r)][ɔ:l] .
Roll out on a lightly floured surface until the dough is at least an inch wider all
卷 出去 在 一个 轻轻 撒了面粉 表面 直到 这 面团 是 在 至少 一个 英寸 更广泛 全部
around than the piepan] .
around than the piepan .
大约 比 这 馅饼盘 .

在撒了少许面粉的案板上擀开面团，直到面团四周比馅饼盘至少宽一英寸。

[fəʊld] [dəʊ] [ɪn][hɑ:f][fɔ:(r); fə(r)] ˈi:ziə] ˈlɪftɪŋ] [ænd; ənd] ˈsentərəɪŋ] [ɪn][ˈpaɪ,pæn] .
Fold dough in half for easier lifting and centering in piepan .
折叠 面团 在 一半 为了 更轻松 举重 和 定心 在 馅饼盘 .

将面团对折，以便更容易提起并放置在馅饼盘中央。

[smu:ð] ˈpeɪstri][ˈɪntu:][pleɪs] , ˈlɪftɪŋ] ˈedʒɪz] [æ; əz] ˈnesəsəri] [tu:; tə] [ɪˈlɪmɪneɪt] [eə(r)] ˈbʌbəlz] .
Smooth pastry into place , lifting edges as necessary to eliminate air bubbles .
光滑的 糕点 进入 地方 , 举重 边缘 作为 必要的 到 排除 空气 气泡 .

将面皮抹平到位，必要时提起边缘以消除气泡。

[tɪɪm] [ɒf] [ɪˈregjələ(r)] ˈedʒɪz] ˈli:vɪŋ] əˈbaʊt][wʌn] - [hɑ:f] [ɪnt] [brɪˈpɒnd] [edʒ] [ɒv; əv][pæn] ;
Trim off irregular edges leaving about one - half inch beyond edge of pan ;
修剪 离开 不规律的 边缘 离开 关于 一 - 一半 英寸 超过 边缘 的 平底锅 ;

修剪掉不规则的边缘，在锅边留出约半英寸；

[fəʊld][ˈʌndə(r)][tu:; tə] [edʒ] [ɒv; əv][pæn] .
fold under to edge of pan .
折叠 在下面 到 边缘 的 平底锅 .

将边缘折叠到烤盘下方。

[ʃeɪp] [edʒ] ˈɪntu:][pleɪn]ɔ:(r)][ˈfænsi][rɪm] , [æ; əz] [dɪˈzaɪəd] .
Shape edge into plain or fancy rim , as desired .
形状 边缘 进入 清楚的 或者 想要 轮缘 , 作为 想要的 .

根据需要在，将边缘修整成普通或花式边缘。

[ˈprɪk] [ˈbʊtəm] [ænd; ənd][saɪdz] [wel] [wɪð] [ə; eɪ] [fɔːk] [brɪfɔː(r)] [ˈbeɪkɪŋ] .
Prick bottom and sides well with a fork before baking .

刺底部和侧面出色地和 一个 叉 前 烘烤 .

烘烤前用叉子在饼底和饼边戳一些小孔。

[beɪk] - [tuː; tə] - [ˈmɪnɪts] [ʌnˈtɪl][ˈɡəʊldən] [braʊn] .
Bake 12 to 15 minutes until golden brown .

烤 - 到 - 分钟 直到 金的 棕色的 .

烤12至15分钟，直至呈金黄色。

[kuːl] [brɪfɔː(r)] [ˈfɪlɪŋ] .
Cool before filling .

凉爽的 前 填充 .

冷却后再灌装。

[ˌvərɪˈeɪʃən]
VARIATIONS
变体

变体

[ˈpeɪstri] [ʃel] [fɪld] [brɪfɔː(r)] [ˈbeɪkɪŋ] . — [duː; də][nɒt] [prɪk] [ðə; ðɪ][ˈpeɪstri] .
Pastry shell filled before baking — Do not prick the pastry .

糕点 壳 已填 前 烘烤 . — 做 不是 刺 这 糕点 .

烘烤前先将馅料填入酥皮中。——不要在酥皮上戳孔。

[fɪl] [ænd; ənd] [beɪk] [æz; əz][daɪˈrektɪd][ɪn][paɪ] [ˈfɪlɪŋ] [ˈresəpi] .
Fill and bake as directed in pie filling recipe .

充满 和 烤 作为 指导 在 馅饼 填充 食谱 .

按照馅饼馅料配方中的说明进行填充和烘烤。

[ˈpeɪstri][fɔː(r); fə(r)] [tuː] - [krʌst] [paɪ] . — [ˈdʌb(ə)] [ðə; ðɪ][ˈresəpi][fɔː(r); fə(r)] [beɪkt] [ˈpeɪstri] [ʃel] .
Pastry for two - crust pie — Double the recipe for baked pastry shell .

糕点 为了 二 - 地壳 馅饼 . — 双倍的 这 食谱 为了 烘焙 糕点 壳 .

双层派皮——烤派皮配方用量加倍。

[fɔːm] [dəʊ] [ˈɪntuː] [tuː] [bɔːlz] , [wʌn] [ˈslaɪtli] [ˈlɑːdʒə(r)][ðæŋ; ðən][ðə; ðɪ][ˈʌðə(r)] .
Form dough into two balls , one slightly larger than the other .

形式 面团 进入 二 球 , 一 轻微地 更大的 比 这 其他 .

将面团分成两个球，一个比另一个略大一些。

[rəʊl] [aʊt] [ˈlɑːdʒə(r)][bɔːl][ænd; ənd][fɪt][ˈɪntuː][ˈpaɪpæn] .
Roll out larger ball and fit into piepan .

卷 出去 更大的 球 和 合身 进入 馅饼盘 .

将面团擀大，放入馅饼盘中。

[rəʊl] [rɪˈmeɪnɪŋ] [dəʊ] [fɔː(r); fə(r)][tɒp] [krʌst] ; [meɪk] [smɔːl] [slɪts][tuː; tə][let] [stiːm] [ɪˈskeɪp] [ˈdʒʊərɪŋ]
Roll remaining dough for top crust ; make small slits to let steam escape during

卷 其余的 面团 为了 顶部 地壳 ; 制作 小的 缝隙 到 让 蒸汽 逃脱 期间
[ˈbeɪkɪŋ] .
baking .

烘烤 .

把剩下的面团擀成饼皮；在饼皮上划几个小口，以便烘烤时蒸汽逸出。

[pʊt] [ˈfɪlɪŋ] [ˈɪntuː][ˈpeɪstri] - [laɪnd][pæn][ænd; ənd][tɒp] [wɪð] [ˈsekənd] [krʌst] .
Put filling into pastry - lined pan and top with second crust .

放 填充 进入 糕点 - 衬里 平底锅 和 顶部 和 第二 地壳 .

将馅料放入铺好酥皮的烤盘中，再盖上第二层酥皮。

[fəʊld] [ˈedʒɪz] [ɒv; əv][ˈpeɪstri][ˈʌndə(r)][ænd; ənd] [pres] [təˈgeðə(r)] [ˈfɜːmli] [tuː; tə] [siːl] .
Fold edges of pastry under and press together firmly to seal .

折叠 边缘 的 糕点 在下面 和 按 一起 牢牢 到 海豹 .

将酥皮边缘向内折叠，并用力按压封口。

[beɪk] [æz; əz][daɪ'rekʔɪd][ɪn][paɪ]['resəpi] .
Bake as directed in pie recipe .
烤 作为 指导 在 馅饼 食谱 .

按照派的食谱说明烘烤。

[ˈæp(ə)l][paɪ]
Apple pie
苹果 馅饼

苹果派

[naɪn] - [ɪntʃ] [paɪ] , [sɪks][tuː; tə][eit] [s'ɜːvɪŋz]
9 - inch pie , 6 to 8 servings
9 - 英寸 馅饼 , 6 到 8 份量

9英寸馅饼，6至8人份

[ˈpeɪstri][fɔː(r); fə(r)] [tuː] - [krʌst] [paɪ] ([piː] . -) [wʌn]
Pastry for two - crust pie (p . 21) 1
糕点 为了 二 - 地壳 馅饼 (p . -) 1

双层馅饼皮（第21页） 1

[ˈʃʊɡə(r)] ¾ [kʌp]
Sugar ¾ cup
糖 ¾ 杯子

糖 ¾ 杯

[ˈkɔːnstɑːtʃ] [wʌn] [ˈteɪblspuːn]
Cornstarch 1 tablespoon
玉米淀粉 1 汤匙

玉米淀粉 1 汤匙

[ˈsɪnəməŋ] ½ [ˈtiːspuːn]
Cinnamon ½ teaspoon
肉桂 ½ 茶匙

肉桂粉 ½ 茶匙

[ˈæplz] , [tɑːt] , [pɛə] , [slaɪst] [sɪks][kʌps]
Apples , tart , pared , sliced 6 cups
苹果 , 酸 , 精简 , 切片 6 杯子

酸苹果，去皮，切片，6 杯

[,pri:'hi:t] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 400°F .
Preheat oven to 400°F .
预热 烤箱 到 400°F .

将烤箱预热至华氏400度。

([hɒt]) . -
(hot) . 22
(热的) . -

（热门） 22

[prɪ'peə(r)][ˈpeɪstri] .
Prepare pastry .
准备 糕点 .

准备糕点。

[mɪks][draɪ] [ɪn'ɡriːdiənts] [ˈlaɪtli] [wɪð] [ˈæplz] [ɪn][ə; eɪ] [bəʊl] .
Mix dry ingredients lightly with apples in a bowl .
混合 干燥 原料 轻轻 和 苹果 在 一个 碗 .

将干料与苹果轻轻混合在一个碗中。

[pʊt] [ˈfɪlɪŋ] [ˈɪntuː][ˈpeɪstri] - [laɪnd][naɪn] - [ɪntʃ] [pæn] .
Put filling into pastry - lined 9 - inch pan .
放 填充 进入 糕点 - 衬里 9 - 英寸 平底锅 .

将馅料放入铺好酥皮的9英寸烤盘中。

[tɒp] [wɪð] ['sekənd] [krʌst] .
Top with second crust .
顶部 和 第二 地壳 .

上面盖上第二层饼皮。

[fəʊld] ['edʒɪz] [ɒv; əv] ['peɪstri] ['ʌndə(r)][ænd; ənd] [pres] [tə'geðə(r)] ['fɜːmli] [tuː; tə] [si:l] .
Fold edges of pastry under and press together firmly to seal .
折叠 边缘 的 糕点 在下面 和 按 一起 牢牢 到 海豹 .

将酥皮边缘向内折叠，并用力按压封口。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ɔː(r)][ʌn'tɪl] ['fɪlɪŋ] [ɪz] ['bʌbli] [ænd; ənd] [krʌst] [ɪz] ['laɪtli] [braʊn] .
Bake 50 to 60 minutes or until filling is bubbly and crust is lightly browned .
烤 - 到 - 分钟 或者 直到 填充 是 起泡酒 和 地壳 是 轻轻 棕色 .

烘烤 50 至 60 分钟，或直至馅料冒泡且饼皮呈浅棕色。

[ˈæp(ə)l] ['tɜːnəʊvəz]
Apple turnovers
苹果 失误

苹果馅饼

[saɪks] ['tɜːnəʊvəz]
6 turnovers
6 失误

6次失误

['peɪstri]
Pastry
糕点

糕点

[ˈflaʊə(r)] , [ʌn'sɪftɪd] 1½ [kʌps]
Flour , unsifted 1½ cups
面粉 , 未经筛选的 1½ 杯子

未过筛面粉 1.5 杯

[sɔːlt] ¾ ['tiːspuːn]
Salt ¾ teaspoon
盐 ¾ 茶匙

盐 ¾ 茶匙

['ʃɔːtnɪŋ] ½ [kʌp]
Shortening ½ cup
缩短 ½ 杯子

起酥油 ½ 杯

[kəʊld][ˈwɔːtə(r)] [ə'baʊt] [θri:] ['teɪbəlspuːnz]
Cold water About 3 tablespoons
寒冷的 水 关于 3 汤匙

冷水约3汤匙

['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn][tuː'tuː] ['teɪbəlspuːnz]
Butter or margarine 2 tablespoons
黄油 或者 人造黄油 2 汤匙

黄油或人造黄油 2 汤匙

['fɪlɪŋ]
Filling
填充

填充

['æplz] , [tɑːt] , [pɛə] , [slaɪst] 1½ [kʌps]
Apples , tart , pared , sliced 1½ cups
苹果 , 酸 , 精简 , 切片 1½ 杯子

酸苹果，去皮，切片 1.5 杯

[ˈʃʊɡə(r)] ¼ [kʌp]
Sugar ¼ cup
糖 ¼ 杯子

糖 ¼ 杯

[sɔːlt] ⅛ ['tiːspuːn]
Salt ⅛ teaspoon
盐 ⅛ 茶匙

盐⅛茶匙

[ˈsɪnəməŋ] ¼ ['tiːspuːn]
Cinnamon ¼ teaspoon
肉桂 ¼ 茶匙

肉桂粉 ¼ 茶匙

[ˈnʌtmeg] ⅛ ['tiːspuːn]
Nutmeg ⅛ teaspoon
肉豆蔻 ⅛ 茶匙

肉豆蔻粉 ⅛ 茶匙

[mɪks][ˈflaʊə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] ['θʌrəli] .
Mix flour and salt thoroughly .
混合 面粉 和 盐 彻底 .

面粉和盐充分混合。

[mɪks][ɪn] ['ʃɔːtnɪŋ] ['əʊnli][ʌn'tɪl]['mɪkstʃə(r)][ɪz] ['krʌmbli] .
Mix in shortening only until mixture is crumbly .
混合 在 缩短 仅有的 直到 混合物 是 易碎的 .

加入起酥油，搅拌至混合物呈碎屑状即可。

[ə; eɪ][ˈpeɪstri][ˈblendə(r)] , [tuː] ['teɪb(ə)] [naɪvz] , ɔː(r)[ə; eɪ] [fɔːk] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [fɔː(r); fə(r)] ['mɪksɪŋ] .
A pastry blender , two table knives , or a fork may be used for mixing .
一个 糕点 混合器 , 二 桌子 刀具 , 或者 一个 叉 可能 是 用过的 为了 混合 .

可以使用糕点搅拌器、两把餐刀或叉子进行搅拌。

[əɪ diː 'diː][ˈwɔːtə(r)] , [ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l][æɪt; ət][ə; eɪ][taɪm] , ['mɪksɪŋ] ['laɪtli] .
Add water , a little at a time , mixing lightly .
添加 水 , 一个 小的 在 一个 时间 , 混合 轻轻 .

一点一点地加水，轻轻搅拌。

[dəʊ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][dʒʌst] [mɔɪst] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [kɪŋ] [tə'geðə(r)] [wen] [prest] .
Dough should be just moist enough to cling together when pressed .
面团 应该 是 只是 潮湿 足够的 到 黏着 一起 什么时候 按下 .

面团的湿润度应该刚好能让它在按压时能粘合在一起。

[ʃeɪp] [dəʊ] ['ɪntuː][ə; eɪ][bɔːl] .
Shape dough into a ball .
形状 面团 进入 一个 球 .

把面团揉成球状。

[rəʊl][aʊt][ɒn][ə; eɪ] ['laɪtli] ['flaʊəd] ['sɜːfɪs] [ʌn'tɪl] [dəʊ] [ɪz][ə'baʊt] - [baɪ] - ['ɪntɪz] .
Roll out on a lightly floured surface until dough is about 12 by 12 inches .
卷 出去 在 一个 轻轻 撒了面粉 表面 直到 面团 是 关于 - 经过 - 英寸 .

在撒了少许面粉的案板上擀开面团，直到面团大小约为 12 英寸 x 12 英寸。

[dɒt] [wɪð] ['bʌtə(r)] ɔː(r)[ˌmɑːdʒə'riːn] .
Dot with butter or margarine .
点 和 黄油 或者 人造黄油 .

点缀上黄油或人造黄油。

[fəʊld][ˈpeɪstri][səʊ][ðæt] [tuː] [saɪdz] [miːt] [ɪn]['sentə(r)] .
Fold pastry so that two sides meet in center .
折叠 糕点 所以 那 二 侧面 见面 在 中心 .

将面皮对折，使两边在中间重合。

[pres] [ˈfəʊldɪd][ˈpeɪstri] [wɪð] [ˈfɪŋgəz] .
Press folded pastry with fingers .
按 折叠 糕点 和 手指 .

用手指按压折叠好的糕点。

[fəʊld][endz][tuː; tə][ˈsentə(r)][ænd; ənd] [pres] [wɪð] [ˈfɪŋgəz] .
Fold ends to center and press with fingers .
折叠 结束 到 中心 和 按 和 手指 .

将两端向中心折叠，然后用手指按压。

[ræp] [ɪn] [wækst] [ˈpeɪpə(r)][ænd; ənd] [tʃɪl] .
Wrap in waxed paper and chill .
裹 在 打蜡 纸 和 寒意 .

用蜡纸包好，冷藏。

[dɪˈvaɪd][ˈpeɪstri][ˈɪntuː][sɪks] [bɔːlz] .
Divide pastry into six balls .
划分 糕点 进入 六 球 .

将面团分成六个小球。

[rəʊl] [iːtʃ] [bɔːl] [aʊt][ɒn][ə; eɪ] [ˈlaɪtli] [ˈflaʊəd] [ˈsɜːfɪs] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][sɪks] - [ɪntʃ] [skweə(r)] .
Roll each ball out on a lightly floured surface to make a 6 - inch square .
卷 每个 球 出去 在 一个 轻轻 撒了面粉 表面 到 制作 一个 6 - 英寸 正方形 .

将每个面团在撒了少许面粉的案板上擀成 6 英寸见方的正方形。

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 400°F .
Preheat oven to 400°F .
预热 烤箱 到 400°F .

将烤箱预热至华氏400度。

([hɒt]) .
(**hot**) .
(热的) .

(热的)。

[pleɪs] [əˈbaʊt] ¼ [kʌp] [ˈæplz] [ˈɒntə][hɑːf][ɒv; əv] [iːtʃ] [ˈpeɪstri][skweə(r)][əˈbaʊt] ½ [ɪntʃ] [frɒm; frəm] [ˈedʒɪz]
Place about ¼ cup apples onto half of each pastry square about ½ inch from edges

[səʊ] [ðæt] [wen] [tɒp][ɪz][ˈfəʊldɪd][ˈəʊvə(r)][ðə; ðɪ][ˈtɜːnəʊvə(r)] [wɪl] [biː; bi][traiˈæŋgjələ(r)] .
so that when top is folded over the turnover will be triangular .
所以 那 什么时候 顶部 是 折叠 超过 这 周转 将要 是 三角形 .

将约 1/4 杯苹果放在每个酥皮方块的一半上，距离边缘约 1/2 英寸，这样当顶部折叠起来时，馅饼就会是三角形的。

[mɪks][ˈʊgə(r)] , [sɔːlt] , [ˈsɪnəmən] , [ænd; ənd] [ˈnʌtmeg] .
Mix sugar , salt , cinnamon , and nutmeg .
混合 糖 , 盐 , 肉桂 , 和 肉豆蔻 .

将糖、盐、肉桂和肉豆蔻混合。

[ˈsprɪŋk(ə)l] [ˈæplz] [wɪð] [ˈʊgə(r)][ˈmɪkstʃə(r)] .
Sprinkle apples with sugar mixture .
撒 苹果 和 糖 混合物 .

在苹果上撒上糖粉混合物。

[ˈmɔɪsn] [ˈedʒɪz] [ɒv; əv][ˈpeɪstri] [skˈweəz] .
Moisten edges of pastry squares .
濡 边缘 的 糕点 正方形 .

将酥皮方块的边缘沾湿。

[fəʊld][ˈpeɪstri] [daɪˈægənəli][ˈəʊvə(r)][ˈæp(ə)l][ˈmɪkstʃə(r)] .
Fold pastry diagonally over apple mixture .
折叠 糕点 对角线 超过 苹果 混合物 .

将酥皮斜向折叠，盖住苹果馅料。

[si:l] [ˈedʒɪz] [wɪð] [ə; eɪ] [fɔ:k] .
Seal edges with a fork .
海豹 边缘 和 一个 叉 .

用叉子压紧边缘。

[prɪk] [tɒps][ɒv; əv] [ˈtɜ:nəʊvəz] .
Prick tops of turnovers .
刺 最高额 的 失误 .

刺破失误的顶部。

[beɪk] [ʌnˈtɪl] [ˈlaɪtlɪ] [braʊn] , [əˈbaʊt] - [tu:; tə] - [ˈmɪnɪts] .
Bake until lightly browned , about 25 to 30 minutes .
烤 直到 轻轻 棕色 , 关于 - 到 - 分钟 .

烤至表面呈浅棕色，大约需要 25 至 30 分钟。

[ˈdʒɪndʒəbred]
Gingerbread
姜饼

姜饼

[naɪn] [sˈɜ:vɪŋz]
9 servings
9 份量

9人份

[ˈʃɔ:tnɪŋ] ½ [kʌp]
Shortening ½ cup
缩短 ½ 杯子

起酥油 ½ 杯

[braʊn] [ˈʊgə(r)] , [pækt] ⅓ [kʌp]
Brown sugar , packed ⅓ cup
棕色的 糖 , 包装 ⅓ 杯子

红糖，压实 ⅓ 杯

[eg] [wʌn]
Egg 1
蛋 1

鸡蛋 1

[laɪt] [məˈlæsɪz] ½ [kʌp]
Light molasses ½ cup
光 糖蜜 ½ 杯子

淡糖蜜 ½ 杯

[ˈflaʊə(r)] , [ˈʌnˈsɪftɪd] 1½ [kʌps]
Flour , unsifted 1½ cups
面粉 , 未经筛选的 1½ 杯子

未过筛面粉 1.5 杯

[sɔ:lt] ½ [ˈti:spu:n]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈbeɪkɪŋ] [ˈsəʊdə] ¾ [ˈti:spu:n]
Baking soda ¾ teaspoon
烘烤 苏打 ¾ 茶匙

小苏打 ¾ 茶匙

[ˈdʒɪndʒə(r)] ½ [ˈti:spu:n]
Ginger ½ teaspoon
姜 ½ 茶匙

姜 ½ 茶匙

[ˈsɪnəməŋ] ½ [ˈtiːspuːn]
Cinnamon ½ teaspoon
肉桂 茶匙

肉桂粉 ½ 茶匙

[ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)] ½ [kʌp]
Boiling water ½ cup
沸腾 水 ½ 杯子

沸水 ½ 杯

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

([ˈmɒdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[ɡriːs] [æŋ; ən][eit] - [baɪ][eit] - [baɪ][tuːˈtuː] - [ɪntʃ] [ˈbeɪkɪŋ] [pæn] .
Grease an 8 - by 8 - by 2 - inch baking pan .
润滑脂 一个 8 - 经过 8 - 经过 2 - 英寸 烘烤 平底锅 .

在一个 8 英寸 x 8 英寸 x 2 英寸的烤盘上涂油。

[biːt] [ˈɔːtnɪŋ] [ænd; ənd][ˈʃʊɡə(r)][ʌnˈtɪl] [ˈkriːmi] .
Beat shortening and sugar until creamy .
打 缩短 和 糖 直到 奶油状 .

将起酥油和糖搅打至顺滑。

[eɪ diː ˈdiː] [eg] [ænd; ənd] [məˈlæsɪz] ; [biːt] [wel] .
Add egg and molasses ; beat well .
添加 蛋 和 糖蜜 ; 打 出色地 .

加入鸡蛋和糖蜜；搅拌均匀。

[mɪks][draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] [ˈθʌrəli] . -
Mix dry ingredients thoroughly . 23
混合 干燥 原料 彻底 . -

充分混合干性材料。 23

[eɪ diː ˈdiː][tuː; tə] [məˈlæsɪz] [ˈmɪkstʃə(r)] [ɔːlˈtɜːnətli] [wɪð] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)] .
Add to molasses mixture alternately with boiling water .
添加 到 糖蜜 混合物 交替 和 沸腾 水 .

将沸水与糖蜜混合物交替加入。

[biːt] [ˈɑːftə(r)] [iːtʃ] [əˈdɪf(ə)n] .
Beat after each addition .
打 后 每个 添加 .

每次加入后都要搅拌。

[pɔː(r)][ˈbætə(r)][ˈɪntuː][pæn] .
Pour batter into pan .
倒 连击 进入 平底锅 .

将面糊倒入锅中。

[beɪk] - [tuː; tə] - [ˈmɪnɪts] .
Bake 35 to 40 minutes .
烤 - 到 - 分钟 .

烘烤35至40分钟。

[sɜːv] [wɔːm] .
Serve warm .
服务 温暖的 .

趁热食用。

[ˈtʃiːzkeɪk]
Cheesecake
芝士蛋糕

芝士蛋糕

[naɪn] - [ɪntʃ] [keɪk] , - [sɜːvɪŋz]
9 - **inch cake** , **12 servings**
9 - 英寸 蛋糕 , - 份量

9英寸蛋糕，12人份

[ˈzwiːbæk] [krʌmz] [wʌn][kʌp]
Zwieback crumbs **1** **cup**
兹维巴克 面包屑 1 杯子

烤面包屑 1 杯

[ˈbʌtə(r)][ɔː(r)][,mɑːdʒəˈriːn] , [ˈmeltɪd] [,tuːˈtuː] [ˈteɪbəl,spuːnz]
Butter or margarine , **melted** **2** **tablespoons**
黄油 或者 人造黄油 , 融化 2 汤匙

融化的黄油或人造黄油 2 汤匙

[ˈʊgə(r)][,tuːˈtuː] [ˈteɪbəl,spuːnz]
Sugar **2** **tablespoons**
糖 2 汤匙

糖 2 汤匙

[ˈsɪnəməŋ] ¼ [ˈtiːspuːn]
Cinnamon **¼** **teaspoon**
肉桂 ¼ 茶匙

肉桂粉 ¼ 茶匙

[kriːm] [tʃiːz] , [ˈsɔfənd] - [ˈaʊnsɪz]
Cream cheese , **softened** **16** **ounces**
奶油 奶酪 , 软化 - 盎司

软化的奶油奶酪 16 盎司

[ˈʊgə(r)] ½ [kʌp]
Sugar **½** **cup**
糖 ½ 杯子

糖 ½ 杯

[ˈflaʊə(r)][,tuːˈtuː] [ˈteɪbəl,spuːnz]
Flour **2** **tablespoons**
面粉 2 汤匙

面粉 2 汤匙

[sɔːlt] ½ [ˈtiːspuːn]
Salt **½** **teaspoon**
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[ˈlemən] [raɪnd] , [ˈgreɪtɪd][wʌn][ˈlemən]
Lemon rind , **grated** **1** **lemon**
柠檬 果皮 , 磨碎的 1 柠檬

柠檬皮屑 1 个柠檬

[ˈlemən] [dʒuːs][wʌn][ˈlemən]
Lemon juice **1** **lemon**
柠檬 汁 1 柠檬

柠檬汁 1 个柠檬

[eg] [jəʊk] [faɪv]
Egg yolks **5**
蛋 蛋黄 5

蛋黄 5

[ˈsaʊə(r)] [kri:m] [wʌn][kʌp]
Sour cream 1 cup
酸的 奶油 1 杯子

酸奶油 1 杯

[vəˈnɪlə] ½ [ˈti:spu:n]
Vanilla ½ teaspoon
香草 ½ 茶匙

香草精 ½ 茶匙

[eg] [ˈwaɪts] [faɪv]
Egg whites 5
蛋 白人 5

蛋白 5

[mɪks] [krʌmz] , [ˈmeltɪd] [fæt] , [ˈʊgə(r)] , [ænd; ənd] [ˈsɪnəməŋ] .
Mix crumbs , melted fat , sugar , and cinnamon .
混合 面包屑 , 融化 胖的 , 糖 , 和 肉桂 .

将面包屑、融化的油脂、糖和肉桂混合在一起。

[laɪn] [ˈbʊtəm] [pʌ; əv][naɪn] - [ɪntʃ] [sprɪŋ] - [fɔ:m] [pæŋ] [wɪð] ¾ [kʌp] [krʌmz] , [ˈseɪvɪŋ] [rɪˈmeɪnɪŋ]
Line bottom of 9 - inch spring - form pan with ¾ cup crumbs , saving remaining
线 底部 的 9 - 英寸 春天 - 形式 平底锅 和 ¾ 杯子 面包屑 , 保存 其余的
[krʌmz] [fɔ:(r); fə(r)][tɒp] .
crumbs for top .
面包屑 为了 顶部 .

在 9 英寸弹簧模具底部铺上 ¾ 杯面包屑，剩下的面包屑留作顶部使用。

[ˌpri:ˈhi:t] [ˈʌv(ə)n][tu:; tə] 325°F .
Preheat oven to 325°F .
预热 烤箱 到 325°F .

将烤箱预热至325°F。

([sləʊ]) .
(slow) .
(慢的) .

(慢的)。

[bi:t] [tʃi:z] [ʌnˈtɪl] [sɒft] .
Beat cheese until soft .
打 奶酪 直到 柔软的 .

将奶酪打发至软化。

[mɪks][ɪn][ˈʊgə(r)] , [ˈflaʊə(r)] , [ænd; ənd][sɔ:lt] .
Mix in sugar , flour , and salt .
混合 在 糖 , 面粉 , 和 盐 .

加入糖、面粉和盐。

[stɜ:(r)][ɪn][ˈlemən][raɪnd][ænd; ənd][dʒu:s] .
Stir in lemon rind and juice .
搅拌 在 柠檬 果皮 和 汁 .

拌入柠檬皮屑和柠檬汁。

[ˌeɪ di: ˈdi:] [jəʊk] [wʌn][æ; ət][ə; eɪ][taɪm] , [ˈbi:tɪŋ] [ˈɑ:ftə(r)] [i:tʃ] [əˈdɪ(ə)n] .
Add yolks one at a time , beating after each addition .
添加 蛋黄 一 在 一个 时间 , 殴打 后 每个 添加 .

一次加入一个蛋黄，每次加入后都要搅拌均匀。

[ˌeɪ di: ˈdi:][ˈsaʊə(r)] [kri:m] [ænd; ənd] [vəˈnɪlə] .
Add sour cream and vanilla .
添加 酸的 奶油 和 香草 .

加入酸奶油和香草精。

[mɪks] [wel] .
Mix well .
混合 出色地 .

充分搅拌。

[bi:t] [eg] ['waɪts] [ʌn'tɪl] [stɪf] .
Beat egg whites until stiff .
打 蛋 白人 直到 僵硬的 .

蛋白打发至硬性发泡。

[fəʊld] [eg] ['waɪts] ['ɪntu:] [tʃi:z] ['mɪkstʃə(r)] .
Fold egg whites into cheese mixture .
折叠 蛋 白人 进入 奶酪 混合物 .

将蛋白拌入奶酪混合物中。

[pɔ:(r)][mɪkstʃə(r)][ɪntu:][pæn] .
Pour mixture into pan .
倒 混合物 进入 平底锅 .

将混合物倒入锅中。

[kʌvə(r)] [wɪð] [rɪ'meɪnɪŋ] [krʌmz] .
Cover with remaining crumbs .
覆盖 和 其余的 面包屑 .

用剩余的面包屑盖住。

[beɪk] [wʌn][aʊə(r)][ɔ:(r)][ʌn'tɪl] [set] .
Bake 1 hour or until set .
烤 1 小时 或者 直到 放 .

烘烤1小时或直至凝固。

[ku:l] [ɒn] [keɪk] [ræk] .
Cool on cake rack .
凉爽的 在 蛋糕 架子 .

放在蛋糕架上冷却。

[rɪ'frɪdʒəreɪt] .
Refrigerate .
冷藏 .

冷藏。

[spʌndʒ] [keɪk] [rəʊl]
Sponge cake roll
海绵 蛋糕 卷

海绵蛋糕卷

[eɪt] [s'ɜ:vɪŋz]
8 servings
8 份量

8人份

[keɪk] ['flaʊə(r)] , ['ʌn'sɪftɪd] [wʌn][kʌp]
Cake flour , unsifted 1 cup
蛋糕 面粉 , 未经筛选的 1 杯子

蛋糕粉（未过筛）1杯

[ɔ:(r)]
or
或者

或者

[ɔ:l] - ['pɜ:pəs] ['flaʊə(r)] , ['ʌn'sɪftɪd] [wʌn][kʌp] [les] [tu:'tu:] ['teɪbəl,spu:nz]
All - purpose flour , unsifted 1 cup less 2 tablespoons
全部 - 目的 面粉 , 未经筛选的 1 杯子 较少的 2 汤匙

普通面粉（未过筛）1杯减2汤匙

[ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)][wʌn] [ˈtiːspuːn]
Baking powder 1 teaspoon
烘烤 粉末 1 茶匙

泡打粉 1 茶匙

[sɔːlt] ¼ [ˈtiːspuːn]
Salt ¼ teaspoon
盐 ¼ 茶匙

盐 ¼ 茶匙

[egz] [θriː]
Eggs 3
鸡蛋 3

鸡蛋 3

[ˈʊɡə(r)][wʌn][kʌp]
Sugar 1 cup
糖 1 杯子

糖 1 杯

[ˈwɔːtə(r)] ⅓ [kʌp]
Water ⅓ cup
水 ⅓ 杯子

水 ⅓ 杯

[vəˈnɪlə] [wʌn] [ˈtiːspuːn]
Vanilla 1 teaspoon
香草 1 茶匙

香草精 1 茶匙

[kənˈfekʃənərz] [ˈʊɡə(r)] ¼ [kʌp]
Confectioner's sugar ¼ cup
糖果商 糖 ¼ 杯子

糖粉 ¼ 杯

[ˈfɪlɪŋ] [æz; əz][dɪˈzaɪəd]
Filling As desired
填充 作为 想要的

按需填充

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 375°F .
Preheat oven to 375°F .
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

([ˈmɒdəreɪt]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[laɪn] [ə; eɪ] - - [baɪ] - - [baɪ][wʌn] - [ɪntʃ] [pæn] [wɪð] [fɔɪl][ɔː(r)] [ˈhevi] [ˈpeɪpə(r)] ; [ɡriːs] .
Line a 15 - by 10 - by 1 - inch pan with foil or heavy paper ; grease .
线 一个 - - 经过 - - 经过 1 - 英寸 平底锅 和 挫败 或者 重的 纸 ; 润滑脂 .

在 15 英寸 x 10 英寸 x 1 英寸的烤盘内铺上锡箔纸或厚纸；涂上油脂。

[mɪks][ˈflaʊə(r)] , [ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)] , [ænd; ənd][sɔːlt] [ˈθʌrəli] .
Mix flour , baking powder , and salt thoroughly .
混合 面粉 , 烘烤 粉末 , 和 盐 彻底 .

面粉、泡打粉和盐充分混合。

[bi:t] [egz] [ə'baʊt][faɪv] ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl] [θɪk] [ænd; ənd][ˈlemən] ['kʌləd] [ænd; ənd] ['hevi] [pi:ks] [kɪŋ]
Beat eggs about 5 minutes until thick and lemon colored and heavy peaks cling
打 鸡蛋 关于 5 分钟 直到 厚的 和 柠檬 有色 和 重的 高峰 黏着
[tu:; tə] ['lɪftɪd] ['bi:tə(r)] .
to lifted beater .
到 抬起 击打者 .

用打蛋器打鸡蛋约 5 分钟，直到鸡蛋变得浓稠呈柠檬色，提起打蛋器时能形成厚重的尖峰。

[bi:t] [ɪn][ˈʊgə(r)][wʌn] ['teɪblspu:n] [æt; ət][ə; eɪ][taɪm] .
Beat in sugar 1 tablespoon at a time .
打 在 糖 1 汤匙 在 一个 时间 .

每次加入1汤匙糖，搅拌均匀。

['sləʊli] [mɪks][ɪn][ðə; ði]['wɔ:tə(r)][ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Slowly mix in the water and vanilla .
缓慢地 混合 在 这 水 和 香草 .

慢慢倒入水和香草精。

['dʒentli][mɪks][ɔ:(r)][fəʊld][ɪn][draɪ] [ɪn'gri:diənts] ['əʊnli][ʌn'tɪl]['bætə(r)][ɪz] [smu:ð] .
Gently mix or fold in dry ingredients only until batter is smooth .
轻轻地 混合 或者 折叠 在 干燥 原料 仅有的 直到 连击 是 光滑的 .

轻轻搅拌或翻拌干料，直到面糊光滑即可。

[pɔ:(r)][ˈɪntu:][pæn] .
Pour into pan .
倒 进入 平底锅 .

倒入锅中。

[beɪk] - [tu:; tə] - ['mɪnɪts] , [dʒʌst][ʌn'tɪl]['sentə(r)][ɪz][fɜ:m] [wen] ['laɪtli] [tʌtʃt] .
Bake 12 to 15 minutes , just until center is firm when lightly touched .
烤 - 到 - 分钟 , 只是 直到 中心 是 公司 什么时候 轻轻 感动 .

烘烤 12 至 15 分钟，直至中心用手指轻轻按压时感觉结实即可。

[pleɪs] [ə; eɪ] [ʃi:t] [pʊ; əv][fɔɪl][ɔ:(r)] [wækst] ['peɪpə(r)][pɒn][ə; eɪ] [ræk] ;
Place a sheet of foil or waxed paper on a rack ;
地方 一个 床单 的 挫败 或者 打蜡 纸 在 一个 架子 ;

将一张锡箔纸或蜡纸放在架子上；

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [ə'baʊt] [θri:] - [fɔ:θ] [pʊ; əv][ðə; ði] [kən'fekʃənərz] ['ʊgə(r)] .
sprinkle with about three - fourths of the confectioner's sugar .
撒 和 关于 三 - 第四部分 的 这 糖果商 糖 .

撒上约四分之三的糖粉。

[tɜ:n] [keɪk] ['bɒtə] [fɔɪl][ɔ:(r)][ˈpeɪpə(r)] .
Turn cake onto foil or paper .
转动 蛋糕 到 挫败 或者 纸 .

将蛋糕倒扣在锡纸或烘焙纸上。

[pi:l] [fɔɪl][ɔ:(r)][ˈpeɪpə(r)][frɒm; frəm] [keɪk] [ænd; ənd] ['kwɪkli] [trɪm] [ə'weɪ] ['eni] ['krʌsti] ['edʒɪz] .
Peel foil or paper from cake and quickly trim away any crusty edges .
果皮 挫败 或者 纸 从 蛋糕 和 迅速地 修剪 离开 任何 硬皮的 边缘 .

将蛋糕上的锡纸或烘焙纸撕掉，然后迅速修剪掉任何硬皮边缘。

[ku:l] [pɒn] [ræk] .
Cool on rack .
凉爽的 在 架子 .

放在架子上冷却。

[sprɛd] [keɪk] [wɪð] [ə; eɪ] ['fɪlɪŋ] , [æz; əz][dɪ'zʌɪəd] ([si:] [nəʊt]) .
Spread cake with a filling , as desired (See note) .
传播 蛋糕 和 一个 填充 , 作为 想要的 (看 笔记) .

根据个人喜好，在蛋糕上涂抹馅料（见注释）。

[ˈstɑrtɪŋ] [wɪð] [ðə; ði] [ˈnærəʊ] [edʒ] , [rəʊl] [keɪk] .
Starting with the narrow edge , roll cake .
开始 和 这 狭窄的 边缘 , 卷 蛋糕 .

从窄边开始卷蛋糕。

[pleɪs] [si:m] [daʊn] .
Place seam down .
地方 接缝 向下 .

将缝份朝下放置。

[sɪft] [rɪˈmeɪnɪŋ] [kənˈfekʃənərz] [ˈʊgə(r)][ˈəʊvə(r)][tɒp] . -
Sift remaining confectioner's sugar over top . 24
筛 其余的 糖果商 糖 超过 顶部 . -

将剩余的糖粉筛在表面。 24

[nəʊt] :
NOTE :
笔记 :

笔记:

[fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði] [ˈfɪlɪŋ] , [ju:z][ˈdʒeli][ɔ:(r)][dʒæm] .
For the filling , use jelly or jam .
为了 这 填充 , 使用 果冻 或者 果酱 .

馅料可以用果冻或果酱。

[ɔ:(r)][ju:z] [wɪpt] [drɪz:t] [ˈtɒpɪŋ] [ɔ:(r)] [ˈswi:tnd] , [ˈfleɪvəd] [wɪpt] [kri:m] [əˈləʊn][ɔ:(r)] [wɪð]
Or use whipped dessert topping or sweetened , flavored whipped cream alone or with
或者 使用 鞭打 甜点 配料 或者 加糖 , 调味 鞭打 奶油 独自的 或者 和
[freʃ] [ˈblu:bəriz] [ɔ:(r)] [slaɪst] ,
fresh blueberries or sliced ,
新鲜的 蓝莓 或者 切片 ,

或者单独使用打发的甜点酱或加糖调味的鲜奶油，或者搭配新鲜蓝莓或切片蓝莓。

[ˈswi:tnd] [ˈstrɔ:b(ə)rɪz] ([wel] [dreɪnd]) .
sweetened strawberries (well drained) .
加糖 草莓 (出色地 排水) .

甜草莓（沥干水分）。

[ɔ:(r)] [fɪl] [ə; eɪ] [tʃɪld] [rəʊl] [wɪð] [ˈslaɪtli] [ˈsɔfənd] [aɪs] [kri:m] [ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn][ˈfri:zə(r)] [ʌnˈtɪl] [ju:st] .
Or fill a chilled roll with slightly softened ice cream and place in freezer until used .
或者 充满 一个 冷藏 卷 和 轻微地 软化 冰 奶油 和 地方 在 冰箱 直到 用过的 .

或者将冷藏过的面包卷填入稍微软化的冰淇淋，然后放入冰箱冷冻至使用。

[ˈjeləʊ] [ˈʃɪfən] [keɪk]
Yellow chiffon cake
黄色的 薄纱 蛋糕

黄色戚风蛋糕

- - [ɪntʃ] [keɪk] , - [sˈɜ:vɪŋz]
10 - inch cake , 15 servings
- - 英寸 蛋糕 , - 份量

10英寸蛋糕，15人份

[ɔɪl] ½ [kʌp]
Oil ½ cup
油 ½ 杯子

油 ½ 杯

[eg] [jəʊk] [fɔ:r]
Egg yolks 4
蛋 蛋黄 4

蛋黄 4 个

[ˈwɔːtə(r)] ¾ [kʌp]
Water ¾ **cup**
水 ¾ 杯子

水 ¾ 杯

[vəˈnɪlə] 1½ ['tiːspuːn]
Vanilla 1½ **teaspoons**
香草 1½ 茶匙

香草精 1½ 茶匙

[keɪk] [ˈflaʊə(r)] , [ˈʌnˈsiftɪd] [tuːˈtuː] [kʌps]
Cake flour , **unsifted** **2** **cups**
蛋糕 面粉 , 未经筛选的 2 杯子

蛋糕粉（未过筛）2杯

[ˈʊɡə(r)] 1½ [kʌps]
Sugar 1½ **cups**
糖 1½ 杯子

糖 1.5 杯

[ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)] 2½ ['tiːspuːn]
Baking powder 2½ **teaspoons**
烘烤 粉末 2½ 茶匙

泡打粉 2½ 茶匙

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]
Salt **1** **teaspoon**
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[eg] [ˈwaɪts] [fɔːr]
Egg whites **4**
蛋 白人 4

蛋白 4

[kriːm] [ɒv; əv][ˈtɑːtə(r)] ½ ['tiːspuːn]
Cream of tartar ½ **teaspoon**
奶油 的 鞣鞣 ½ 茶匙

塔塔粉 ½ 茶匙

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

([ˈmɒdəreɪt]) .
(**moderate**) .
(缓和) .

(缓和)。

[pleɪs] [ɔɪl] , [ʌnˈbiːtn] [eg] [jəʊk] , [ˈwɔːtə(r)] , [ænd; ənd] [vəˈnɪlə] [ɪn] [ˈmɪksɪŋ] [bɒʊl] , [ænd; ənd][mɪks] [wel]
Place oil , unbeaten egg yolks , water , and vanilla in mixing bowl , and mix well
地方 油 , 不败 蛋 蛋黄 , 水 , 和 香草 在 混合 碗 , 和 混合 出色地
.
:
.

将油、未打发的蛋黄、水和香草精放入搅拌碗中，搅拌均匀。

[mɪks][draɪ] [ɪnˈɡriːdiənts] [ˈθʌrəli] [ænd; ənd][eɪ diː ˈdiː][tuː; tə][ˈlɪkwɪd][ˈmɪkstʃə(r)] .
Mix dry ingredients thoroughly and add to liquid mixture .
混合 干燥 原料 彻底 和 添加 到 液体 混合物 .

充分混合干料，然后加入液体混合物中。

[bi:t] [ʌn'tɪl] [smu:ð] .
Beat until smooth .
打 直到 光滑的 .

搅拌至顺滑。

[pɔ:(r)] [eg] ['waɪts] ['ɪntu:] [lɑ:dʒ] ['mɪksɪŋ] [bəʊl] .
Pour egg whites into large mixing bowl .
倒 蛋 白人 进入 大的 混合 碗 .

将蛋清倒入一个大搅拌碗中。

[eɪ di: 'di:] [kri:m] [ɒv; əv][tɑ:tə(r)] .
Add cream of tartar .
添加 奶油 的 鞣鞣 .

加入塔塔粉。

[bi:t] [ʌn'tɪl] ['veri] [stɪf] [pi:ks] [ɑ:(r); ə(r)] [fɔ:md] .
Beat until very stiff peaks are formed .
打 直到 非常 僵硬的 高峰 是 形成 .

搅拌至形成非常硬挺的尖峰。

[fəʊld] [eg] [jəʊk][ˈmɪkstə(r)][ˈdʒentli][ˈɪntu:] [eg] [waɪt] ˈmɪkstə(r)] .
Fold egg yolk mixture gently into egg white mixture .
折叠 蛋 蛋黄 混合物 轻轻地 进入 蛋 白色的 混合物 .

将蛋黄混合物轻轻拌入蛋白混合物中。

[pɔ:(r)][ˈbætə(r)] [ˈɪmi:diətli] [ˈɪntu:][æn; ən] [ʌn'gri:st] - - [ɪntɪ] [tju:b][pæn] .
Pour batter immediately into an ungreased 10 - inch tube pan .
倒 连击 立即地 进入 一个 未涂油的 - - 英寸 管子 平底锅 .

立即将面糊倒入未涂油的 10 英寸中空模具中。

[beɪk] [ə'baʊt] 1¼ [ˈaʊəz] , [ɔ:(r)][ʌn'tɪl] [tɒp][ɪz] ['sprɪŋi] [tu:; tə] [tʌtʃ] .
Bake about 1¼ hours , or until top is springy to touch .
烤 关于 1¼ 小时 , 或者 直到 顶部 是 有弹性的 到 触碰 .

烘烤约 1¼ 小时，或直至表面按压有弹性。

[ɪn'vɜ:t] [keɪk] [ɪn][pæn][ʌn'tɪl] [ku:l] .
Invert cake in pan until cool .
倒置 蛋糕 在 平底锅 直到 凉爽的 .

将蛋糕倒扣在烤盘中，待其冷却。

[sɜ:v] [pleɪn][ɔ:(r)] [t'ɒpt] [wɪð] [ə; eɪ][ˈlemən][ɔ:(r)] [ˈtʃɒklət] [gleɪz] .
Serve plain or topped with a lemon or chocolate glaze .
服务 清楚的 或者 顶峰 和 一个 柠檬 或者 巧克力 釉 .

可直接食用，也可淋上柠檬汁或巧克力酱。

[ju:] . [es] . [ˈɡʌvənmənt] [ˈprɪntɪŋ] [ˈɒfɪs] : - [əʊ] — - - -
U . S . GOVERNMENT PRINTING OFFICE : 1979 O — 292 - 694
U . S . 政府 印刷 办公室 : - 哦 — - - -

美国政府印刷局：1979 O—292-694

[-] [nəʊts]
Transcriber's Notes
转录员的 笔记

转录者注释

[ˈsaɪləntli] [kə'rektɪd] [ə; eɪ] [fju:] [ˈtaɪpəʊs] .
Silently corrected a few typos .
默默 已更正 一个 很少 拼写错误 .

默默地改正了几处拼写错误。

[rɪ'teɪnd] [ˌpʌblɪ'keɪʃn] [ˌɪnfə'meɪʃ(ə)n] [frəm; frəm][ðə; ði] ['prɪntɪd] [rɪ'diʃ(ə)n] : [ðɪs] ['i:bʊk] [ɪz][ˈpʌblɪk] -
Retained publication information from the printed edition : this eBook is public -
 保留 发布 信息 从 这 打印 版 : 这 电子书 是 民众 -
 [də'meɪn][ɪn][ðə; ði] ['kʌntri] [ɒv; əv] [ˌpʌblɪ'keɪʃn] .
domain in the country of publication .
 领域 在 这 国家 的 发布 .

保留了印刷版中的出版信息：本电子书在出版国属于公共领域。

[ɪn][d̪ə; ði][tekst] ['vɜːʃ(ə)nɪz] ['əʊnli] , [tekst][ɪn][ɪ'tælɪks][ɪz] [di:'lɪmɪtɪd] [baɪ] _ [ˌʌndə'skɔːz] _ .
In the text versions only , text in italics is delimited by = underscores = :
 在 这 文本 版本 仅有的 , 文本 在 斜体 是 分隔符 经过 _ 下划线 _ .

仅在文本版本中，斜体文本用下划线分隔。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版,享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷

开口如有神

